సాక్షి
ఖమ్మం
ఆదివారం । 28 । సెప్టెంబర్ । 2025



ఊరించి.. ఉస్సూరుమనిపించి

ప్రీ ప్రైమరీ పాఠశాలల్లో ఇన్‌స్ట్రక్టర్లు, ఆయాల నియామకానికి ఖమ్మం ఆర్‌డీఓ కార్యాలయంలో జరగాల్సిన ఇంటర్వ్యూలు వాయిదా పడ్డాయి. IIలో



పండుగకు వచ్చేస్తున్నారు!

వారాంతపు సెలవులకు తోడు సద్దుల బతుకమ్మ, దసరా సమీపించడంతో జనం గ్రామాల బాట పట్టగా బస్టాండ్లు రద్దీగా మారాయి. IIలో

వాతావరణం

గరిష్టం / కనిష్టం
31° / 23°

జిల్లాలోని పలు ప్రాంతాల్లో ఆదివారం ఉదయం వర్షం కురిసే అవకాశముంది. అంతటా ఆకాశం మేఘావృతమై ఉంటుంది.

ఇక పోటీయే మిగిలింది..

జెడ్పీటీసీ, ఎంపీపీ స్థానాల రిజర్వేషన్లు ఖరారు

- 42 శాతం ప్రకారం బీసీలకు పెరిగిన స్థానాలు
- జెడ్పీటీసీ, ఎంపీపీల్లో ఎనిమిది చొప్పున కేటాయింపు
- ఫలితంగా గతంతో పోలిస్తే తగ్గిన జనరల్ స్థానాలు
- ఎస్టీలకు దక్కనున్న జెడ్పీ చైర్మన్ పీఠం





రిజర్వేషన్లు ప్రకటిస్తున్న కలెక్టర్ అనుదీప్, పక్కన అదనపు కలెక్టర్ శ్రీజ, జెడ్పీ సీఈఓ దీక్షారైనా

సాక్షిప్రతినిధి, ఖమ్మం: జిల్లా, మండల పరిషత్ ప్రాదేశిక నియోజకవర్గాల రిజర్వేషన్ల ప్రక్రియ ముగిసింది. ఎంపీపీ, జెడ్పీటీసీ రిజర్వేషన్లు శనివారం ఖరారయ్యాయి. బీసీలకు 42 శాతం రిజర్వేషన్ కల్పిస్తూ ప్రభుత్వం జీఓ జారీ చేయగా గత ఎన్నికలతో పోలిస్తే వారి స్థానాల సంఖ్య పెరిగింది. ఇదే సమయాన జనరల్ స్థానాలు చాలా తగ్గాయి. జిల్లాలోని 20 ఎంపీపీ, జెడ్పీటీసీ స్థానాల్లో ఎనిమిది చొప్పున బీసీలకు దక్కాయి. మిగిలినవి రిజర్వేషన్ ప్రకారం ఎస్సీ, ఎస్టీలకు కేటాయించగా మిగిలినవి జనరల్‌కు ఖరారయ్యాయి. మొత్తం స్థానాల్లో మహిళలకు పది జెడ్పీటీసీ, తొమ్మిది ఎంపీపీ స్థానాలు రిజర్వు చేశారు.

రిజర్వేషన్ కేటాయింపు ఇలా...

జిల్లాలో 20 మండలాలకు గాను ఐదు ఎంపీపీ స్థానాలు ఎస్టీలకు కేటాయించగా.. ఇందులో రెండు ఎస్టీ మహిళలకు రిజర్వ్ అయ్యాయి. అలాగే, నాలుగు స్థానాలు ఎస్సీలకు, రెండు ఎస్సీ మహిళలకు కేటాయించారు. ఇక బీసీలకు 8 స్థానాలు రిజర్వు అయ్యాయి. ఇందులో బీసీ మహిళలకు నాలుగు స్థానాలు వచ్చాయి. ఇవిపోగా జనరల్‌కు మూడు కేటాయించగా.. ఒకటి మహిళలకు దక్కింది. జెడ్పీటీసీ స్థానాల్లో నాలుగు ఎస్టీలకు కేటాయించగా.. అందులో రెండు ఎస్టీ మహిళలకు రిజర్వ్ అయ్యాయి. ఎస్సీలకు నాలుగు రిజర్వ్ కాగా, అందులో రెండు మహిళలకు వెళ్లాయి. బీసీలకు ఎనిమిది స్థానాలు కేటాయిస్తే అందులో నాలుగు బీసీ మహిళలకు, జనరల్ కేటగిరీలో నాలుగు స్థానాలకు రెండు జనరల్ మహిళలకు రిజర్వ్ అయ్యాయి.

మారిన ముఖచిత్రం

రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తీసుకొచ్చిన కొత్త చట్టంతో జిల్లాలో రిజర్వేషన్ల ముఖచిత్రం మారింది. ప్రధానంగా జనరల్ స్థానాలు తగ్గాయి. జెడ్పీటీసీకి సంబంధించి 2019లో పది జనరల్ స్థానాలు ఉంటే ఇప్పుడు ఆ సంఖ్య కేవలం నాలుగుకు పరిమితమైంది. గత ఎన్నికల్లో బీసీలకు రెండు స్థానాలే ఉండగా రిజర్వేషన్‌తో ఎనిమిదికి చేరడం విశేషం. ఎస్సీ, ఎస్టీలకు నాలుగేసి స్థానాలు చొప్పున కేటాయించడంతో ఎలాంటి మార్పు రాలేదు. ఇక ఎంపీపీ స్థానాలకు సంబంధించి 2019లో ఎనిమిది జనరల్ స్థానాలు ఉండగా ప్రస్తుతం మూడే దక్కాయి. బీసీలకు గత ఎన్నికల్లో ఒక్క సీటు కూడా లేకపోగా ఈసారి ఎనిమిది స్థానాలు రిజర్వ్ అయ్యాయి. గత ఎన్నికల్లో ఎస్టీలకు ఆరు కేటాయిస్తే ఈసారి ఐదు, ఎస్సీలకు గత ఎన్నికల్లో ఆరు రిజర్వ్ కాగా.. ఈసారి నాలుగు కేటాయించారు.

571 సర్పంచ్, 283 ఎంపీటీసీ స్థానాలు

జిల్లాలో 571 గ్రామపంచాయతీలతో పాటు మండల పరిషత్ ఎన్నికలకు సంబంధించి కూడా రిజర్వేషన్ల ప్రక్రియ కొలిక్కి వచ్చింది. ఈమేరకు 571 సర్పంచ్, 283 ఎంపీటీసీల స్థానాల రిజర్వేషన్ల ఖరారు ప్రక్రియ ఆర్‌డీఓ కార్యాలయాల్లో రాత్రి పొద్దుపోయే వరకు కొనసాగింది. అలాగే, 5,214 వార్డుసభ్యుల స్థానాల రిజర్వేషన్ల ప్రక్రియ మండల స్థాయిలో నిర్వహించారు.

రాఘవాపురం సర్పంచ్ ఏకగ్రీవమే..

సర్పంచ్ స్థానాలకు రిజర్వేషన్లను అధికారికంగా వెల్లడించకపోయినా... చింతకాని మండలం రాఘవాపురం జీపీ సర్పంచ్ స్థానం ఎస్సీ మహిళకు రిజర్వ్ అయినట్లు తెలిసింది. ఇదే జరిగితే సర్పంచ్ ఎన్నిక ఏకగ్రీవం కానుంది. ఎందుకంటే ఈ గ్రామంలో ఒకే ఎస్సీ కుటుంబం ఉండగా.. అందులో మహిళ కాంపల్లి కోటమ్మ మాత్రమే ఉన్నారు. దీంతో ఆమె ఏకగ్రీవంగా సర్పంచ్ పదవి దక్కించుకోనున్నారు. ప్రస్తుతం కోటమ్మ సీపీఐలో కొనసాగుతున్నారు. కాగా, గత ఎన్నికల్లో రాఘవాపురం సర్పంచ్ స్థానాన్ని జనరల్‌కు రిజర్వ్ చేయగా అంతా కలిసి సీపీఐ నాయకుడు కొండపర్తి గోవిందరావును ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకున్నారు.

జిల్లాలో గతంలో, ప్రస్తుతం జెడ్పీటీసీ స్థానాల రిజర్వేషన్లు	జెడ్పీటీసీ		ఎంపీపీ	
స్థానం	2019	2025	2019	2025
కూసుమంచి	జనరల్	ఎస్టీ	ఎస్టీ	బీసీ మహిళ
తిరుమలాయపాలెం	జనరల్	ఎస్టీ మహిళ	ఎస్టీ	ఎస్సీ మహిళ
సత్తుపల్లి	జనరల్	ఎస్టీ మహిళ	జనరల్ మహిళ	ఎస్టీ
కొణిజర్ల	జనరల్	ఎస్టీ	జనరల్	ఎస్టీ మహిళ
కల్లూరు	జనరల్	ఎస్సీ మహిళ	ఎస్సీ	బీసీ మహిళ
ఎర్రుపాలెం	జనరల్	ఎస్సీ	ఎస్సీ	జనరల్ మహిళ
ముదిగొండ	బీసీ మహిళ	ఎస్సీ	జనరల్	ఎస్సీ
తల్లాడ	జనరల్	ఎస్సీ మహిళ	జనరల్	ఎస్సీ మహిళ
బోనకల్	ఎస్సీ	బీసీ మహిళ	ఎస్సీ మహిళ	బీసీ
ఖమ్మంరూరల్	జనరల్	బీసీ మహిళ	జనరల్	బీసీ
పెనుబల్లి	జనరల్	బీసీ మహిళ	జనరల్	ఎస్టీ
వైరా	ఎస్సీ మహిళ	బీసీ	ఎస్సీ మహిళ	బీసీ
నేలకొండపల్లి	జనరల్	బీసీ	జనరల్	బీసీ
వేంసూరు	ఎస్సీ మహిళ	బీసీ	ఎస్సీ	బీసీ మహిళ
మధిర	ఎస్సీ	బీసీ మహిళ	ఎస్సీ మహిళ	బీసీ మహిళ
రఘునాథపాలెం	ఎస్టీ మహిళ	బీసీ	ఎస్టీ మహిళ	జనరల్
చింతకాని	బీసీ	జనరల్	జనరల్	ఎస్సీ
ఏన్కూరు	ఎస్టీ మహిళ	జనరల్	ఎస్టీ	ఎస్టీ మహిళ
కామేపల్లి	ఎస్టీ	జనరల్ మహిళ	ఎస్టీ మహిళ	ఎస్టీ
సింగరేణి	ఎస్టీ	జనరల్ మహిళ	ఎస్టీ మహిళ	జనరల్

కలెక్టరేట్‌లో డ్రా..

జెడ్పీటీసీ, ఎంపీపీ స్థానాల రిజర్వేషన్ల ఖరారుకు కలెక్టర్ అనుదీప్ దురిశెట్టి ఆధ్వర్యాన కలెక్టరేట్‌లో డ్రా తీశారు. వివిధ రాజకీయ పక్షాల నాయకుల సమక్షాన డ్రా నిర్వహించి రిజర్వేషన్లు ప్రకటించారు. అదనపు కలెక్టర్ శ్రీజ, జెడ్పీ సీఈఓ దీక్షారైనా, ఆర్‌డీఓ జి.నరసింహారావు తదితరులు పాల్గొన్నారు. జెడ్పీటీసీ, ఎంపీపీలకు సంబంధించిన రిజర్వేషన్ ఖరారుకు డ్రా పూర్తికాగా.. ఎంపీటీసీలు, సర్పంచ్‌లకు సంబంధించి రిజర్వేషన్ ప్రక్రియ రాత్రి పొద్దుపోయే వరకు కొనసాగుతూనే ఉంది.

ఎస్టీలకు జెడ్పీ చైర్మన్ పదవి

జిల్లాలో 20 జెడ్పీటీసీ స్థానాలు ఉండగా, జెడ్పీ చైర్మన్ పదవిని ఈసారి ఎస్టీ జనరల్ కేటగిరీకి కేటాయించారు. ఇరవై జెడ్పీటీసీ స్థానాల్లో కూసుమంచి, కొణిజర్ల స్థానాలు ఎస్టీ జనరల్‌కు, తిరుమలాయపాలెం, సత్తుపల్లి స్థానాలు ఎస్టీ మహిళలకు రిజర్వ్ చేశారు. ఈ నేపథ్యాన ఈ నాలుగు స్థానాల నుంచి జెడ్పీటీసీగా గెలిచిన అభ్యర్థికి చైర్మన్ పదవి దక్కనుంది. అయితే, జనరల్ స్థానాల్లోనూ ఎస్టీలకు బరిలోకి దిగే అవకాశం ఉన్నా జిల్లాలో నాలుగు స్థానాలే ఉండడంతో పోటీ తీవ్రత కారణంగా ఆ అవకాశం రాకపోవచ్చని భావిస్తున్నారు. కాగా, గత ఎన్నికల్లో జెడ్పీ చైర్మన్ స్థానం ఎస్సీలకు రిజర్వ్ చేయగా.. లింగాల కమల్ రాజ్ చైర్మన్‌గా బాధ్యతలు నిర్వర్తించారు.

న్యూస్‌రీల్

లలితా పరమేశ్వరీదేవిగా దర్శనం



లలితా పరమేశ్వరీదేవీ అలంకారంలో అమ్మవారు

ఎర్రుపాలెం: మండలంలోని జమలాపురం వేంకటేశ్వరస్వామి ఆలయంలో శ్రీదేవి శరన్నవ రాత్రి ఉత్సవాలు శనివారం ఆరో రోజుకు చేరాయి. తెల్లవారుజామునే శ్రీవారికి పంచామృతంతో అభిషేకం జరిపించిన అర్చకులు.. ఆతర్వాత యాగశాలలో హోమం నిర్వహించారు. అనంతరం అలివేలు మంగ అమ్మవారిని లలితా పరమేశ్వరి రూపంలో అలంకరించి భక్తులకు దర్శనం కల్పించారు. ఆలయ ఈఓ కె.జగన్మోహన్‌రావు, చైర్మన్ ఉప్పల శ్రీరామచంద్రమూర్తి, ప్రధాన అర్చకులు శ్రీనివాసశర్మ, అర్చకులు ఉప్పల మురళీమోహన్‌శర్మ, రాజీవ్‌శర్మ, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలి

ఖమ్మంక్రైం: జిల్లాలో భారీ వర్షాలు కురుస్తున్న నేపథ్యాన ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని పోలీసు కమిషనర్ సునీల్‌దత్ సూచించారు. జిల్లా అంతటా కురుస్తున్న వర్షాలతో పలుచోట్ల వాగుల వరద రహదారులపైకి చేరినందున దాటే ప్రయత్నం చేయొద్దని తెలిపారు. ఇప్పటికే ఆయా ప్రాంతాల్లో రాకపోకలను నిషేధించామని పేర్కొన్నారు. అత్యవసర సమయాన డయల్ 100తో పాటు స్థానిక పోలీసులకు లేదా పోలీస్ కంట్రోల్ రూమ్ 8712659111, కలెక్టరేట్‌లోని నంబర్లు 1077, 90632 11298కు సమాచారం ఇవ్వాలని సీపీ సూచించారు.

పోరాటయోధుడు.. లక్ష్మణ్ బాపూజీ



బాపూజీ చిత్రపటం వద్ద నివాళులర్పించిన కలెక్టర్ అనుదీప్, తదితరులు

ఖమ్మంమయూరిసెంటర్: తెలంగాణ సాధన ఉద్యమంలో అలుపెరగని పోరాటం చేసిన ఆచార్య కొండా లక్ష్మణ్ బాపూజీ యోధుడని కలెక్టర్ అనుదీప్ దురిశెట్టి తెలిపారు. కొండా లక్ష్మణ్ 110వ జయంతి సందర్భంగా వెనకబడిన తరగతుల అభివృద్ధి శాఖ ఆధ్వర్యాన ఖమ్మం లకారం ట్యాంక్ వద్ద ఆయన విగ్రహానికి కలెక్టర్ నివాళులర్పించాక మాట్లాడారు. స్వాతంత్య్ర పోరాటంతో పాటు నిజాం నిరంకుశ పాలనకు వ్యతిరేకంగానూ పోరాడిన ఆయన తెలంగాణ ఉద్యమంలోనూ కీలకపాత్ర పోషించారని తెలిపారు. సమాజ శ్రేయస్సు కోసం అనేక త్యాగాలు చేసిన ఆయనను స్ఫూర్తిగాతీసుకోవాలని సూచించారు. బీసీడబ్ల్యూఓ జి.జ్యోతి, పద్మశాలి, బీసీ సంఘల నాయకులు చిలకమర్రి శ్రీనివాసబాబు, బొమ్మ రాజేశ్వరరావు, జిల్లా లక్ష్మీనారాయణ, పెండెం జనార్దన్, వెలిగేటి చంద్రమోహన్, బండారు శ్రీను, దుస్సా సత్యనారాయణ, కోరుపల్లి సత్యనారాయణ, పులిపాటి సంపత్‌కుమార్, చందా వీరభద్రం, గద్ద సునీత, తాటి వెంకటేశ్వర్లు, ఉద్యోగులు పాల్గొన్నారు.

యువజన సంఘాల నుంచి దరఖాస్తుల ఆహ్వానం



ఖమ్మం రాపర్తినగర్: జిల్లాలోని యువజన సంఘాలు రిజిస్ట్రేషన్ కోసం దరఖాస్తు చేసుకోవాలని మేరా యువ భారత్ డిప్యూటీ డైరెక్టర్ చింతల అన్వేష్ తెలిపారు. సంఘాల రిజిస్ట్రేషన్ ద్వారా మరిన్ని స్వచ్ఛంద కార్యక్రమాలు, ప్రభుత్వ కార్యక్రమాల్లో పాల్గొనేలా బలోపేతం చేయడం సాధ్యమవుతుందని చెప్పారు. 18–29 ఏళ్ల లోపు వయస్సు కలిగిన సభ్యులు ఉన్న సంఘాల బాధ్యులు ఈనెల 30వ తేదీలోగా దరఖాస్తులు అందించాలని సూచించారు.

డీఈఓ కార్యాలయం ఏడీగా ప్రవీణ్‌కుమార్

ఖమ్మం సహకారనగర్: జిల్లా విద్యాశాఖాధికారి కార్యాలయం అసిస్టెంట్ డైరెక్టర్ (ఏడీ)గా ఏ.ప్రవీణ్‌కుమార్‌ను నియమితులయ్యారు. ఈ సందర్భంగా విద్యాశాఖ కమిషనర్ నవీన్ నికోలస్ శనివారం ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. ప్రస్తుతం వికారాబాద్ డీఈఓ కార్యాలయంలో ఏడీగా పనిచేస్తున్న ప్రవీణ్‌ను ఖమ్మం బదిలీ చేశారు. ఆయన ఒకటి, రెండు రోజుల్లో విధుల్లో చేరే అవకాశముంది.

కేటీపీఎస్ విస్తరణకు కేంద్రం నుంచి సహకారం

ఎంపీ రఘురాంరెడ్డి లేఖకు కేంద్ర మంత్రి స్పందన

ఖమ్మంమయూరిసెంటర్: పాల్వంచలోని కొత్తగూడెం థర్మల్ పవర్ స్టేషన్(కేటీపీఎస్) మరో రెండు యూనిట్ల విస్తరణ, ఆధునికీకరణకు ప్రోత్సాహం అందిస్తామని కేంద్ర విద్యుత్ శాఖ సహాయమంత్రి శ్రీపాద్‌నాయక్ తెలిపారు. ఎంపీ రామసహాయం రఘురాంరెడ్డి పార్లమెంట్ వర్షాకాల సమావేశాల్లో భాగంగా ఆగస్టు 20న ఈ అంశాన్ని లేవనెత్తారు. ఈమేరకు కేంద్ర విద్యుత్ శాఖ సహాయ మంత్రి శ్రీపాద్‌నాయక్ సానుకూలత వ్యక్తం చేస్తూ తాజాగా ఎంపీ రఘురాంరెడ్డికి లేఖ పంపారు. పాత కేటీపీఎస్ స్టేషన్ వద్ద అందుబాటులో ఉన్న స్థలంలో రెండు 800 మెగావాట్ల యూనిట్ల స్థాపనకు నివేదిక సిద్ధం చేయాలని తెలంగాణ రాష్ట్ర ఇంధన శాఖ ప్రిన్సిపల్ సెక్రటరీ టీజీ జెన్కోకు సూచించగా.. నివేదిక రావాల్సి ఉందని అందులో పేర్కొన్నారు. టీజీ జెన్కో నిధులు సమకూరుస్తుందని, ఆపై కేంద్ర ప్రభుత్వం పర్యావరణ అనుమతులను సులభతరం చేయనుండగా, బొగ్గు కేటాయింపునకు సైతం కేంద్రం అవసరమైన మద్దతు ఇస్తుందని కేంద్ర విద్యుత్ శాఖ సహాయ మంత్రి ఆ లేఖలో తెలిపారని ఎంపీ రఘురాంరెడ్డి వెల్లడించారు.

ట్యాంక్ బండ్‌పై సందడే సందడి



నృత్యం చేస్తున్న యువతులు

ఖమ్మం రాపర్తినగర్: ప్రపంచ పర్యాటక శాఖ దినోత్సవ వేడుకలను పర్యాటక శాఖ ఆధ్వర్యాన ఖమ్మంలోని లకారం ట్యాంక్ బండ్‌పై శనివారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా వివిధ సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు ఏర్పాటుచేయగా కళాకారులు తమ ప్రదర్శనలతో హోరెత్తించారు. అంతేకాక మహిళలు బతుకమ్మ ఆడిపాడారు. జిల్లా పర్యాటక శాఖఅధికారి సుమన్ చక్రవర్తి, వివిధ శాఖల అధికారులతో పాటు యువజన సంఘాల బాధ్యులు, స్థానికులు పెద్దసంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

బొగ్గు ఉత్పత్తికి అంతరాయం

సింగరేణి(కొత్తగూడెం): గత మూడు రోజులుగా ఎడతెరిపి లేకుండా కురుస్తున్న వర్షంతో సింగరేణి వ్యాప్తంగా రోజుకు 90 వేల టన్నుల బొగ్గు ఉత్పత్తి నిలిచిపోతోంది. సంస్థ ఈ ఏడాది 76 మిలియన్ టన్నుల ఉత్పత్తి లక్ష్యంగా నిర్దేశించుకోగా రోజుకు 1.80లక్షల టన్నుల బొగ్గు వెలికితీయాల్సి ఉంటుంది. కానీ వర్షం కారణంగా 90 వేల టన్నుల ఉత్పత్తి మాత్రమే జరుగుతోంది.

జిల్లాను వీడని వానలు

- అల్పపీడనం కారణంగా అంతటా వర్షం
- కామేపల్లిలో అత్యధికంగా 50.2 మి.మీ.గా నమోదు



వంతెన పైనుంచి ప్రవహిస్తున్న వరద



ఉధృతంగా ప్రవహిస్తున్న పొన్నేకల్ బుగ్గవాగు

ఖమ్మంవ్యవసాయం: వానాకాలం నుంచి శీతాకాలంలోకి అడుగిడినా వానలు వీడడం లేదు. వాయువ్య మధ్య బంగాళాఖాతంలో కొనసాగుతున్న తీవ్ర అల్పపీడనం బలపడి వాయుగుండంగా మారడంతో విస్తారంగా వర్షాలు కురుస్తున్నాయి. గురువారం నుంచి జిల్లాలో వర్ష ప్రభావం కొనసాగుతుండగా, శుక్రవారం రాత్రి కూడా పలు ప్రాంతాల్లో వర్షం కురిసింది. శనివారం మధ్యాహ్నం కూడా ఆకాశం మేఘావృతమై ఉండి అప్పుడప్పుడు చిరు జల్లులు కురిశాయి. ఎగువన కురిసిన వర్షాలతో నదులు, వాగుల్లో వరద చేరి ప్రవాహం పెరుగుతోంది. మహబూబాబాద్, ములుగు, వరంగల్, భద్రాద్రి జిల్లాల్లో కురిసిన వానతో మున్నేటిలో నీటి మట్టం పెరిగింది. శుక్రవారం ఉదయం 8–30 నుంచి శనివారం ఉదయం 8–30 గంటల వరకు కామేపల్లి మండలంలో అత్యధికంగా 50.2 మి.మీ.ల వర్షపాతం నమోదైంది. అలాగే, కారేపల్లిలో 38.2, కల్లూరులో 30.2, ఏన్కూరులో 24, రఘునాథపాలెంలో 15.2, ఖమ్మం రూరల్‌లో 13.4, సత్తుపల్లిలో 12.6, తల్లాడలో 12.4, కొణిజర్లలో 11.4, ఖమ్మం అర్బన్‌లో 10.2 మి.మీ. వర్షపాతం నమోదైంది.

పొంగిన వాగులు.. నిలిచిన రాకపోకలు

రఘునాథపాలెం/కామేపల్లి: రఘునాథపాలెం మండలంలోని పాపటపల్లి–వీ.ఆర్.బంజర గ్రామాల మధ్య బుగ్గ వాగులోకి భారీగా వరద చేరడంతో ఉప్పొంగింది. వంతెనపై నాలుగు అడుగుల మేర వరద చేరడం ప్రవాహం శనివారం తెల్లవారుజాము నుండి రాత్రి వరకు కొనసాగింది. దీంతో ఖమ్మం–డోర్నకల్ మధ్య రాకపోకలు నిలిచిపోయాయి. వాహనదారులు ఈ మార్గంలోకి వెళ్లకుండా ఇరువైపులా ట్రాక్టర్లు ఏర్పాటుచేసినట్లు వీ.ఆర్.బంజర పంచాయతీ కార్యదర్శి హిమబిందు తెలిపారు. అలాగే, కామేపల్లి మండలం పొన్నేకల్ బుగ్గవాగుకు వరద భారీగా చేరింది. దీంతో వాగు బ్రిడ్జి పైనుంచి వరద ప్రవహిస్తుండగా లింగాల–డోర్నకల్ మధ్య రాకపోకలు నిలిచిపోయాయి. గరిడేపల్లి రైల్వే అండర్ బ్రిడ్జిలోకి వరద చేరడంతో రాకపోకలు స్తంభించాయి.

పత్తి కొనుగోళ్లకు అడ్డంకులు

- సీసీఐ టెండర్లకు జిన్నింగ్ మిల్లులు దూరం
- నిబంధనలు మార్చాల్సిందేనని డిమాండ్
- అక్టోబర్ ఆరంభం నుంచి పత్తి కొనుగోళ్లు కష్టమే..



జిన్నింగ్ మిల్లుకు పత్తితో వస్తున్న వాహనాలు (ఫైల్)

ఖమ్మంవ్యవసాయం: పత్తి పంట సీజన్ ముంచుకొచ్చినా ప్రభుత్వ కొనుగోలు కేంద్రాలు ఎప్పుడు ఏర్పాటవుతాయో స్పష్టత రావడం లేదు. అక్టోబర్ మొదటి నుంచి పత్తి కొనుగోళ్లు చేయాలని ప్రభుత్వం ఆదేశించగా.. కాటన్ కార్పొరేషన్ ఆఫ్ ఇండియా(సీసీఐ) జిన్నింగ్ మిల్లుల ఎంపికకు కసరత్తు మొదలుపెట్టింది. అయితే, టెండర్ల దాఖలుకు మిల్లర్లు ముందుకు రావడంలేదు. ఇప్పటికే గ్రామాలు, మార్కెట్లలో పత్తి క్రయవిక్రయాలు మొదలుకాగా గరిష్టంగా రూ.7,500, మోడల్ ధర రూ.6,500, కనిష్టంగా రూ.4,300 ధరే దక్కుతోంది. కేంద్ర ప్రభుత్వం ఈ ఏడాది 8 తేమశాతం కలిగిన పత్తికి గరిష్టంగా క్వింటాకు రూ. 8,110 ధర నిర్ణయించింది. 12 శాతం వరకు తేమ ఉన్న పత్తిని కొనుగోలు చేయాలని నిర్ణయించారు. కానీ ప్రభుత్వ కేంద్రాలు లేకపోవడంతో వ్యాపారులు ధర విషయంలో ఇష్టారీతిన వ్యవహరిస్తున్నారు.

రెండు సార్లు ఆహ్వానించినా..

ఖమ్మం జిల్లాలోని 2,25,613 ఎకరాల్లో పత్తి సాగు కాగా 27,07,356 క్వింటాళ్లు, భద్రాద్రి జిల్లాలో 2,40,345 ఎకరాల నుంచి 28,05,576 పత్తి దిగుబడి వస్తుందని అంచనా వేశారు. ఏటా సీసీఐ ఆధ్వర్యాన జిన్నింగ్ మిల్లుల్లో పత్తి కొనుగోళ్లు చేపడుతారు. మిల్లులను టెండర్ల ద్వారా ఎంపిక చేయాల్సిఉండడంతో ఈసారి యజమానులు దూరంగా ఉంటున్నారు. ఆగస్టు 9న తొలిసారి టెండర్లు ఆహ్వానించి అదేనెల 31వ తేదీ వరకు గడువు విధించారు. టెండర్ల నిబంధనలను కఠినంగా ఉన్నాయని మిల్లుల యజమానులు రాకపోవడంతో సెప్టెంబర్‌లో రెండో సారి ఆహ్వానించినా యజమానులు పాల్గొనలేదు. దీంతో మూడోసారి టెండర్ల నిర్వహణకు సీసీఐ సిద్ధమవుతోంది. సీసీఐ నిబంధనల కారణంగానే తాము టెండర్లు దాఖలు చేయడం లేదని మిల్లుల యజమానులు చెబుతుండగా.. మూడోసారి టెండర్లలో మార్పులు చేస్తారా, లేదా అనేది తేలాల్సి ఉంది. కాగా, ఖమ్మం, భద్రాద్రి జిల్లాల్లో వ్యవసాయ మార్కెట్ల వారీగా పత్తి కొనుగోళ్లకు జిన్నింగ్ మిల్లులను నోటిఫై చేసిన అధికారులు ప్రభుత్వం, సీసీఐకి ప్రతిపాదించారు. ఖమ్మం జిల్లాలో తొమ్మిది, భద్రాద్రి జిల్లాలో ఆరు మిల్లులను నోటిఫై చేసి కొనుగోళ్లు సాఫీగా జరిగేలా కమిటీలను కూడా నియమించారు. ఇదంతా బాగానే ఉన్నా టెండర్ల ప్రక్రియ ఎటూ తేలకపోవడంతో పత్తి కొనుగోళ్లు ఎప్పుడు మొదలవుతాయో స్పష్టత రావడం లేదు.

మరికొన్ని సవాళ్లు

పత్తి కొనుగోళ్లకు టెండర్ల ప్రక్రియ ఓ సవాల్‌గా ఉండగా, వ్యవసాయ శాఖ పంట నమోదు ప్రక్రియ కూడా ఇంకో అడ్డంకిగా మారనుంది. యూరియా కొరత నేపథ్యాన వ్యవసాయ విస్తర్ణాధికారులు ఆ పనుల్లో నిమగ్నమై ఉండగా.. పంట నమోదు ప్రక్రియ పూర్తికాలేదు. వ్యవసాయ శాఖ నమోదు చేసిన సాగు విస్తీర్ణం ఆధారంగా పత్తి కొనుగోళ్లు ఉంటాయి. దీనికి తోడు ఈ ఏడాది కేంద్రప్రభుత్వం 'కపాస్ కిసాన్ యాప్'ను ప్రవేశ పెట్టింది. రైతులు ఈ యాప్‌లో పంట విక్రయానికి స్లాట్ బుక్ చేసుకోవాల్సి ఉండడంతో మారుమూల గ్రామాల రైతులకు ఇబ్బంది పడే అవకాశముంది.

పంట కొనుగోళ్లకు ఏర్పాట్లు



ప్రభుత్వ ఆదేశాల మేరకు పత్తి కొనుగోళ్లకు అన్ని ఏర్పాట్లు చేస్తున్నాం. ఎంపిక చేసిన మిల్లుల్లో కొనుగోళ్లు సజావుగా సాగేలా వివిధ శాఖల అధికారులతో కమిటీలు నియమించాం. జిన్నింగ్ మిల్లులకు టెండర్ల ప్రక్రియ పూర్తికాగానే పత్తి కొనుగోళ్లు మొదలవుతాయి.

– ఎం.ఏ.అలీం,
జిల్లా మార్కెటింగ్ శాఖ అధికారి, ఖమ్మం

ప్రపంచానికి తెలిసేలా బౌద్ధక్షేత్రం అభివృద్ధి

రాష్ట్ర పురావస్తు శాఖ డైరెక్టర్ అర్జున్‌రావు



బౌద్ధక్షేత్రాన్ని పరిశీలిస్తున్న డైరెక్టర్ అర్జున్‌రావు, అధికారులు

నేలకొండపల్లి/ఖమ్మం సహకారనగర్: నేలకొండపల్లిలోని బౌద్ధక్షేత్రం చరిత్రను ప్రపంచానికి తెలిసేలా అభివృద్ధి చేయనున్నట్లు రాష్ట్ర పురావస్తు శాఖ డైరెక్టర్ అర్జున్‌రావు తెలిపారు. బౌద్ధక్షేత్రాన్ని శనివారం పరిశీలించిన ఆయన వివరాలతో కూడిన బోర్డులు తుప్పుపట్టటంతో కొత్తవి ఏర్పాటు చేయాలని, పిచ్చి చెట్లు, మొక్కలను తొలగించాలని ఆదేశించారు. అనంతరం అర్జున్‌రావు మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలోని ప్రముఖ పర్యాటక ప్రాంతాల అభివృద్ధికి రూ.5 కోట్లు కేటాయించినట్లు తెలిపారు. ఇందులో భాగంగా నేలకొండపల్లిలోని బౌద్ధస్తూపం పరిరక్షణ, అభివృద్ధికి చర్యలు చేపట్టామని చెప్పారు. ఇందుకోసం ఆర్కియాలజీ – టూరిజం శాఖల సమన్వయంతో నివేదిక సిద్ధం చేశామని, త్వరలోనే ప్రైవేట్ భాగస్వామ్యంతో గైడ్లను నియమిస్తామని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో పురావస్తు శాఖ డిప్యూటీ డైరెక్టర్లు నర్సింగ్, నాగరాజు, ఏడీ బుజ్జి, జిల్లా పర్యాటక శాఖ అధికారి సుమన్‌చక్రవర్తి, తహసీల్దార్ వెంకటేశ్వర్లు, ఆర్‌ఐ అల్లం రవికుమార్, జీపీఓ జానీమియా పాల్గొన్నారు. అనంతరం అధికారులు ఖమ్మంలో కలెక్టర్ అనుదీప్‌ను కలిశారు. ఈసందర్భంగా అభివృద్ధి నివేదికను పరిశీలించిన ఆయన రూ.50లక్షల నిధులతో నెలలోగా కార్యాచరణ మొదలుపెట్టాలని సూచించారు. తవ్వకాల్లో బయటపడిన వస్తువులతో మ్యూజియం ఏర్పాటు చేయాలని ఆదేశించారు.

బతుకమ్మా.. బతుకు ఇవ్వమ్మా...

తలసేమియా చిన్నారులతో ఆటపాట



బతుకమ్మ ఆడుతున్న చిన్నారులు, నిర్వాహకులు

ఖమ్మంవైద్యవిభాగం: బతుకమ్మ అంటే పూల పండుగే కాదు.. బతుకుకు భరోసా ఇస్తుందనే ఆశ, విశ్వాసం. ఆ నమ్మకంతోనేమో తలసేమియాతో బాధపడుతున్న చిన్నారులతో ఖమ్మంలోని సంకల్ప వలంటరీ ఆర్గనైజేషన్ కార్యాలయం వద్ద శనివారం బతుకమ్మ వేడుకలు నిర్వహించారు. ఈక్రమాన తమకోసం నెలనెలా రక్తదానం చేస్తున్న వారిని కాపాడాలని, తమ ఆయుష్షు పెంచాలని వేడుకున్నారు. డాక్టర్ డి.నారాయణమూర్తి, డాక్టర్ డి.వెంకట్, సంస్థ ఫౌండర్ అనిత, వ్యవస్థాపక అధ్యక్షురాలు ప్రొద్దుటూరి చంద్రలీల, బాధ్యులు పొద్దుటూరి పావని, పి.రవిచందర్, పి.ఉదయ్ భాస్కర్, నెల్లూరి ఉపేందర్, అనిత, జాన్సన్ కిడ్స్ స్కూల్ కరస్పాండెంట్ మమత, అనురాధ పాల్గొన్నారు.

క్లుప్తంగా

ఒకే ఈతలో రెండు దూడలు జననం



గేదె, దూడలతో రైతులు

పెనుబల్లి: పెనుబల్లి మండలంలోని ఓ రైతుకు చెందిన గేదె ఒకే ఈతలో రెండు దూడలకు జన్మనిచ్చింది. యడ్లబంజరు గ్రామానికి చెందిన రైతులు సుంకర సత్యనారాయణ –వెంకట నర్సమ్మ ఐదేళ్లుగా పాడిగేదెను పెంచుతున్నారు. ఈ గేదె శుక్రవారం రాత్రి రెండు దూడలను జన్మినవ్వగా, రెండూ ఆరోగ్యంగా ఉన్నాయి.

ఉషూ పోటీల్లో క్రీడాకారులకు పతకాలు



క్రీడాకారులతో డీవైఎస్ఓ, కోచ్

ఖమ్మంస్పోర్ట్స్: మహబూబాబాద్ జిల్లా నెల్లికుదురులో ఇటీవల స్కూల్ గేమ్స్ ఫెడరేషన్ ఆధ్వర్యాన నిర్వహించిన 69వ రాష్ట్రస్థాయి ఉషూ పోటీల్లో జిల్లా క్రీడాకారులు పతకాలు సాధించారు. 60 కేజీల విభాగంలో ఫిర్‌దోస్ బంగారు పతకం అందుకోగా, 48 కేజీల విభాగంలో ఉమర్‌ఫారూక్ వెండి పతకం, 40 కేజీల విభాగంలో ఆర్యన్, సంజన, 36 కేజీల విభాగంలో చైత్రవర్షిణి రజత పతకాలు గెలుచుకున్నారని కోచ్ పి.పరిపూర్ణాచారి తెలిపారు. క్రీడాకారులను డీవైఎస్ఓ టి.సునీల్‌రెడ్డి, ఎస్‌జీఎఫ్ కార్యదర్శి పూనాటి వెంకటేశ్వర్లు అభినందించారు.

డీపీఓగా గోవిందాపురం యువతి



నిఖిల

బోనకల్: మండలంలోని గోవిందాపురం(ఏ) గ్రామానికి చెందిన భాగం రాము – గీతాదేవి దంపతుల కుమార్తె నిఖిల ఇటీవల వెల్లడైన గ్రూప్–1 ఫలితాల్లో డీపీఓ ఉద్యోగం సాధించింది. రాము కుటుంబం వ్యాపారరీత్యా విజయవాడలో స్థిరపడింది. దూరవిద్య ద్వారా ఎంఏ సోషియాలజీ పూర్తిచేసిన నిఖిల గ్రూప్–1లో రాష్ట్ర స్థాయిలో 92వ ర్యాంకు సాధించగా డీపీఓగా ఎంపికవడంపై గ్రామస్తులు అభినందించారు.

అక్రమంగా రవాణా చేస్తున్న పశువులు స్వాధీనం

ఖమ్మంక్రైం: ఎలాంటి అనుమతి లేకుండా మినీ వ్యాన్లలో సామర్థ్యానికి మించి పశువులను రవాణా చేస్తుండగా స్వాధీనం చేసుకున్నామని ఖమ్మం త్రీటౌన్ సీఐ మోహన్‌బాబు తెలిపారు. ప్రకాష్ నగర్ బ్రిడ్జి వద్ద తనిఖీ చేస్తుండగా సుజాత్‌నగర్ నుంచి మూడు మినీ వ్యాన్లలో 10 ఆవులు, ఐదు పెయ్యదూడలు, ఆరు కోడె దూడలు కలిపి 21 జీవాలను కోదాడకు తరలిస్తున్నట్లు గుర్తించామని పేర్కొన్నారు. ఈమేరకు బాధ్యులను అదుపులోకి తీసుకుని పశువులను టేకులపల్లిలోని గోశాలకు తరలించినట్లు సీఐ తెలిపారు.

మున్నేటిలో మృతదేహం

ఖమ్మంక్రైం: ఖమ్మం ప్రకాష్ నగర్‌లోని మున్నేటి వద్ద గుర్తుతెలియని వ్యక్తి మృతదేహాన్ని శనివారం రాత్రి గుర్తించారు. అయితే, మున్నేటి వరద ఉధృతి కారణంగా మృతదేహాన్ని ఆదివారం ఉదయం తీయిస్తామని ఖమ్మం త్రీటౌన్ సీఐ మోహన్‌బాబు తెలిపారు. మృతుడిని మహబూబాబాద్ జిల్లా గార్ల మండలానికి బందెల వెంకటేశ్వర్లుగా గుర్తించగా, ఆకేరులో చేపలు పడుతూ ప్రమాదవశాత్తు నీళ్లలో జారి పడి ఉండొచ్చని భావిస్తున్నారు.

పామాయిల్ గెలలు



టన్ను ధర	రూ.19,107

ఊరించి.. ఉసూరుమనిపించి..

- సమాచారం లేకుండానే ఇన్‌స్ట్రక్టర్లు, ఆయాల ఇంటర్వ్యూలు వాయిదా
- పిల్లాపాపలతో వచ్చి నిరాశగా వెనుదిరిగిన అభ్యర్థులు

ఖమ్మం సహకారనగర్: జిల్లాలో ఎంపిక చేసిన ప్రీ ప్రైమరీ పాఠశాలల్లో బోధనకు అవసరమైన ఇన్‌స్ట్రక్టర్లు, ఆయా పోస్టులకు ఇటీవల దరఖాస్తులను ఆహ్వానించారు. ఈమేరకు శుక్రవారం ఖమ్మం డివిజన్ పరిధిలోని అభ్యర్థులకు ఆర్డీఓ కార్యాలయంలో నిర్వహించగా, అభ్యర్థులు వేలాదిగా రావడంతో సర్టిఫికెట్ల పరిశీలన మాత్రమే పూర్తయింది. దీంతో డెమో కోసం శనివారం రావాలని సూచించారు. వీరికి తోడు శుక్రవారం హాజరురాని ఇంకొందరు కూడా పెద్దసంఖ్యలో చేరుకున్నారు. అయితే, స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలకు సంబంధించి రిజర్వేషన్ల ఖరారు ప్రక్రియలో ఖమ్మం ఆర్డీఓ జి.నర్సింహారావు పాల్గొన్నారు. ఈమేరకు శనివారం జరగాల్సిన ఇంటర్వ్యూలను వాయిదా వేస్తున్నట్లుగా కార్యాలయం గేటుకు ప్రకటన అంటించారు. కానీ అభ్యర్థులకు ఎలాంటి సమాచారం లేకపోవడంతో చంటి పిల్లలతో సహా ఆర్డీఓ కార్యాలయానికి వచ్చిన వారు ఆ బోర్డు చూసి నిరాశగా వెనుదిరిగారు. ముందుగా సమాచారం ఇస్తే బాగుండేదని పేర్కొన్నారు. కాగా, మళ్లీ ఇంటర్వ్యూలు ఎప్పుడు నిర్వహించేది త్వరలో ప్రకటిస్తామని కార్యాలయ ఉద్యోగులు చెప్పడంతో ఉసూరుమంటూ ఇళ్లకు బయలుదేరారు.



ఖమ్మం ఆర్డీఓ కార్యాలయ ఆవరణలో అభ్యర్థులు, బంధువులు

సమాచారం ఇవ్వలేదు..



ఇన్‌స్ట్రక్టర్ ఉద్యోగానికి ఇంటర్వ్యూ కోసం వస్తే ఆర్డీఓ ఇతర విధుల్లో ఉండడంతో వాయిదా వేశామని చెప్పారు. ముందుగా సమాచారం ఇస్తే ఇంత దూరం రాకపోయే వాళ్లం. శుక్రవారం రాత్రి 7గంటల వరకు ఉండి మళ్లీ వస్తే నిరాశ ఎదురైంది.

– చింతల రేణుక, రాజేశ్వరపురం, నేలకొండపల్లి మండలం

చిన్నపిల్లలతో వచ్చాను..



శుక్రవారం సర్టిఫికెట్లు పరిశీలించి శనివారం డెమోకు రావాలని సూచించారు. తీరా ఉదయమే వస్తే వాయిదా వేస్తున్నట్లుగా చెప్పారు. ముందుగా సమాచారం ఇచ్చి ఉంటే బాగండేది. ఇప్పుడు చిన్నపిల్లలతో వచ్చి వెళ్లాల్సి వస్తోంది.

– బి.పూజ, తిరుమలాయపాలెం.

అవినీతి రహిత సమాజమే ఆర్‌టీఐ లక్ష్యం

నేలకొండపలి: అవినీతి రహిత సమాజమే సమాచార హక్కు చట్టం లక్ష్యమని రాష్ట్ర సమాచార హక్కు చట్టం కమిషనర్ పీ.వీ.శ్రీనివాస్ తెలిపారు. నేలకొండపల్లిలోని బౌద్ధక్షేత్రాన్ని శనివారం సందర్శించిన ఆయన అక్కడ చరిత్ర తెలిపే బోర్డులు తుప్పుపట్టడం, చెట్లు పెరిగి ఉండడాన్ని గుర్తించారు. అనంతరం స్థానిక సిద్ధార్థ యోగా ఆశ్రమం వద్ద శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ సమాచార హక్కు చట్టం ద్వారా రాష్ట్రంలో 17వేల కేసులు పెండింగ్ ఉండగా... 13జిల్లాలో పర్యటించి 7వేలకు పైగా పరిష్కరించామని తెలిపారు. తద్వారా పది జిల్లాలో ఒక్క కేసు లేదని చెప్పారు. వచ్చేనెల 3నుంచి సమాచార హక్కు చట్టం వారోత్సవాలను నిర్వహించనున్నట్లు తెలిపారు. కాగా, ఎంతో చరిత్ర కలిగిన బౌద్ధ క్షేత్రాన్నిమరింత అభివృద్ధి చేసేలా మంత్రి జూపల్లి కృష్ణారావు, పర్యాటక శాఖ అధికారుల దృష్టికి తీసుకెళ్తానని శ్రీనివాస్ వెల్లడించారు. తహసీల్దార్ వి.వెంకటేశ్వర్లు, ఎంఆర్ఐ ఆలస్యం రవి తదితరులు పాల్గొన్నారు.



బౌద్ధక్షేత్రం వద్ద కమిషనర్ శ్రీనివాస్, తదితరులు

అనర్హులకు ఇందిరమ్మ ఇళ్లు

ఎంపీడీఓను సస్పెండ్ చేయాలని ధర్నా

మధిర: అర్హులైన వారికి కాక అనర్హులకు ఇందిరమ్మ ఇళ్లు మంజూరు చేసిన ఎంపీడీఓను సస్పెండ్ చేయాలని సీపీఎం నాయకులు, చిలుకూరు గ్రామస్తులు శనివారం మధిర మండల పరిషత్ కార్యాలయం వద్ద ధర్నా చేశారు. ఈ సందర్భంగా సీపీఎం నాయకులు మందా సైదులు, శీలం నరసింహారావు, పాపినేని రామనరసయ్య మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వ నిబంధనల ప్రకారం దివ్యాంగులు, ఒంటరి మహిళలు, వితంతువులు, ఇంటి స్థలం ఉండి ఇల్లు లేని నిరుపేదలు, అద్దె ఇంట్లో నివాసం ఉండే వారికి ఇళ్లు మంజూరు చేయాల్సి ఉండగా ఎంపీడీఓ అందుకు విరుద్ధంగా వ్యవహరించారని ఆరోపించారు. చిలుకూరు గ్రామంలో ఇల్లు ఉన్న వారికే కేటాయించగా నిరుపేదలకు నష్టం జరిగిందని తెలిపారు. అంతేకాక కాంగ్రెస్ పార్టీ శ్రేణులు కాదనే కారణంతో 34మందికి మొండిచేయి చూపారని విమర్శించారు. ఎంపికలో వసూళ్లకు పాల్పడిన వారి వివరాలు సమర్పించినా ఎంపీడీఓ చర్యలు తీసుకోకపోగా, ఒంటరి మహిళ పేరును అర్హుల జాబితా నుంచి తొలగించారని చెప్పారు. నాయకులు శంకర్‌రావు, శ్రీరాములు, వెంకటనరసయ్య, రామకిషోర్, లాలు, ధనలక్ష్మి, గోపీనాథ్, మీరాబీ, వజ్రమ్మ, సైదమ్మ, లక్ష్మి పాల్గొన్నారు.



ధర్నా చేస్తున్న సీపీఎం నాయకులు, చిలుకూరు గ్రామస్తులు

మూడో అంతస్తు నుంచి పడి కార్మికుడు మృతి

ఖమ్మంక్రైం: విద్యుదాఘాతంతో మూడో అంతస్తు నుంచి పడిన కార్మికుడు మృతి చెందాడు. ఖమ్మం వైరారోడ్డులోని నిర్మిస్తున్న ఓ భవనం వద్ద గొల్లగూడెం రాజన్నపేటకు చెందిన షేక్ జానీమియా(39) సెంట్రింగ్ కార్మికుడిగా పనిచేస్తున్నాడు. ఆయన శనివారం మూడో అంతస్తులో సెంట్రింగ్ ఇనుప పైపులను తొలగిస్తుండగా పక్కనే ఉన్న విద్యుత్ తీగలను తాకడంతో షాక్‌కు గురయ్యాడు. ఆపై అక్కడి నుంచి కింద పడడంతో తీవ్రగాయాలైన జానీమియా ఆస్పత్రికి తరలించగా మృతి చెందాడని ఖమ్మం వన్ టౌన్ సీఐ కరుణాకర్ తెలిపారు. కాగా, మృతుడికి భార్య మున్నీ, ఇద్దరు కుమార్తెలు ఉన్నారు.



కొత్త బస్టాండ్‌లో కిక్కిరిసిన ప్రయాణికులు



ప్రయాణికులతో రద్దీగా ఉన్న ఖమ్మం పాత బస్టాండ్

పండుగకు వచ్చేస్తున్నారు !

సద్దుల బతుకమ్మ, దసరా పండుగ సమీపిస్తుండం.. ఉద్యోగులకు శని, ఆదివారం వరుస సెలవులు రావడంతో జనమంతా పిల్లాపాపలతో స్వస్థలాల బాట పట్టారు. దీంతో ఖమ్మంలోని పాత, కొత్త బస్టాండ్లు శనివారం కిటకిటలాడాయి. పండుగకు సొంత గ్రామాలకు వెళ్లే వారే కాక పాఠశాలలు, కళాశాలల నుంచి వెళ్తున్న విద్యార్థులతో బస్టాండ్లలో రద్దీ నెలకొంది. కొన్ని మార్గాల్లో సరిపడా బస్సులు లేక హోల్టింగ్ పాయింట్ వద్దకు వస్తుండగానే సీటు దక్కించుకునేందుకు పోటీ పడ్డారు.

– స్టాఫ్ ఫొటోగ్రాఫర్



హోల్టింగ్ పాయింట్ వద్దే బస్సు ఎక్కుతున్న ప్రయాణికులు

ఉరి వేసుకుని యువకుడి ఆత్మహత్య

చింతకాని: మండలంలోని పందిళ్లపల్లికి చెందిన మొగిలి నవీన్(22) శనివారం ఉరి వేసుకుని ఆత్మహత్యకు పాల్పడ్డాడు. చిన్నతనంలోనే తండ్రిని కోల్పోయిన ఆయన తల్లితో కలిసి ఉంటున్నాడు. ఇటీవల మద్యానికి బానిసైన నవీన్ తరచూ తల్లితో గొడవ పడుతుండడంతో ఆమె నాలుగు రోజుల క్రితం తల్లిగారింటికి ఏపీలోని వత్సవాయి మండలం డబ్బాకుపల్లి వెళ్లింది. తిరిగి శనివారం పందిళ్లపల్లి వచ్చేసరికి నవీన్ ఇంట్లో చీరతో ఉరి వేసుకుని ఆత్మహత్య చేసుకున్నాడు. ఆమె ఫిర్యాదుతో కేసు నమోదు చేసినట్లు ఎస్సై వీరేందర్ తెలిపారు.

200 కేజీల గంజాయి దహనం

ఖమ్మంక్రైం: వివిధ కేసుల్లో పట్టుబడిన గంజాయిని శనివారం శాస్త్రీయ పద్ధతిలో దహనం చేశారు. కమిషనరేట్‌లోని వివిధ పోలీస్‌స్టేషన్ల పరిధిలో సీజ్‌చేసిన 200 కిలోల గంజాయిని అడిషనల్ డీసీపీ ప్రసాద్‌రావు పర్యవేక్షణలో తల్లాడ మండలం గోపాల్‌పేటలోని ఏడబ్ల్యూఎం కన్సల్టెన్సీ లిమిటెడ్‌లో దహనం చేయించారు. ఈ కార్యక్రమంలో టాస్క్‌ఫోర్స్ ఏసీపీ సత్యనారాయణ, సీసీఆర్ బీ సీఐ స్వామి తదితరులు పాల్గొన్నారు.



గంజాయిని దహనం చేయిస్తున్న పోలీసులు

సైబర్ మోసం కేసులో నిందితుడి అరెస్ట్



ఖమ్మంక్రైం: ఆన్‌లైన్‌లో ట్రేడింగ్‌లో డబ్బు పెడితే ఎక్కువ లాభాలు వస్తాయని నమ్మించి సుమారు రూ.11లక్షల మేర మోసం చేసిన ఘటనలో ఓ వ్యక్తిని సైబర్ క్రైమ్ పోలీసులు తెలిపారు. సత్తుపల్లి మండలానికి చెందిన ఓ సివిల్ ఇంజినీర్‌కు ఫోన్ చేసిన గుర్తుతెలియని వ్యక్తులు ఆన్‌లైన్‌లో ట్రేడింగ్‌లో లాభాలు వస్తాయని నమ్మించారు. ఆపై విడతల వారీగా రూ.11లక్షలు తీసుకోగా, బాధితుడి ఫిర్యాదుతో పోలీసులు విచారణ చేపట్టారు. ఈమేరకు బాధితుడి నగదులో రూ.2లక్షలు లక్కిరెడ్డి హరిప్రసాద్‌రెడ్డి ఖాతాలో జమ అయినట్లు గుర్తించి రంగారెడ్డి జిల్లా మణికొండలో శనివారం అరెస్ట్ చేశామని సైబర్ క్రైమ్ డీఎస్పీ ఫణీందర్ తెలిపారు. కేసు విచారణలో కీలకంగా వ్యవహరించిన ఎస్‌ఐలు రంజిత్‌కుమార్, విజయ్‌కుమార్, కానిస్టేబుళ్లు కృష్ణారావు, కిషన్‌రావును సీపీ సునీల్‌దత్ అభినందించారు.

సైబర్ మోసాలకు గురైన యువకులు

రఘునాథపాలెం/ఖమ్మం అర్బన్: స్వల్ప పెట్టుబడితో అధిక లాభాలు వస్తాయంటూ నమ్మించిన సైబర్ మోసగాళ్లు ఓ యువకుడిని మోసం చేశారు. రఘునాథపాలెం మండలం ఎన్వీ బంజరుకు చెందిన ధరావత్ వెంకటేశ్ సామాజిక మాధ్యమంలో కనిపించిన ఓ యాప్‌ను ఇన్‌స్టాల్ చేసుకున్నాడు. ఆపై రూ.17,500 పెట్టుబడి పెడితే రోజుకు రూ.500 చొప్పున ఏడాది పాటు ఇస్తామనే ప్రకటన నమ్మి ఆయనతో పాటు బంధువులతో గత ఆగస్టులో పెట్టుబడి పెట్టించాడు. అనంతరం యాప్ పనిచేయక పోవడంతో తొమ్మిది మంది రూ.1.45 లక్షలు మోసపోయినట్లు గుర్తించి శనివారం ఫిర్యాదు చేయగా, కేసు నమోదు చేశామని రఘునాథపాలెం సీఐ ఉస్మాన్ షరీఫ్ తెలిపారు. అలాగే, ఖమ్మం శ్రీరాంహిల్స్‌కు చెందిన కిరణ్‌కుమార్ ఈనెల 14న హైదరాబాద్ నుంచి వస్తూ చిట్యాల వద్ద టిఫిన్ చేశాడు. అక్కడ బిల్ చెల్లింపునకు ఫోన్‌పే యాప్ ఉపయోగించగా, అదే రోజు రాత్రి ఆయన రెండు ఖాతాల నుంచి రూ.52వేలు విత్‌డ్రా అయ్యాయి. దీంతో ఆయన ఫిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు చేశామని ఖమ్మం అర్బన్ సీఐ భానుప్రకాశ్ తెలిపారు.

చెక్‌పోస్టులు ఉన్నా ఆగని ఇసుక రవాణా

బోనకల్: ఏపీ నుంచి జిల్లాలోకి అక్రమంగా ఇసుక రవాణా జరగకుండా చెక్‌పోస్టులు ఏర్పాటుచేసినా దందా ఆగడం లేదు. కలెక్టర్, సీపీ ఆదేశాలను బేఖాతర్ చేస్తూ కొందరు ఇందిరమ్మ ఇళ్ల పేరుతో ఇసుక అక్రమ రవాణా కొనసాగిస్తున్నారు. నామమాత్రపు తనిఖీలే ఉండడంతో మూడు రోజులుగా ఏపీలోని పెనుగంచిప్రోలు, వత్సవాయి, పాలంపల్లి, లింగాల రేవుల నుంచి రాత్రి సమయాన ఇసుకను తీసుకొస్తున్నారు. ఈమేరకు మండలంలోని చొప్పకట్లపాలెంలో అక్రమంగా ఏపీ ఇసుక తీసుకొస్తున్న ఒక ట్రాక్టర్‌ను సీజ్ చేసినట్లు ఎస్‌ఐ పి.వెంకన్న తెలిపారు. అయితే, తనిఖీలు విస్తృతంగా చేపడితే తప్ప దందాకు అడ్డుకట్ట పడదని స్థానికులు చెబుతున్నారు.

గుండెపోటుతో రిటైర్డ్ జడ్జి మృతి



రాధాకృష్ణ (ఫైల్)

బోనకల్: మండలంలోని గోవిందాపురం(ఎల్) మాజీ సర్పంచ్ మాదినేని నారాయణ రెండో కుమారుడు, రిటైర్డ్ జడ్జి రాధాకృష్ణ(67) గుండెపోటుతో శనివారం హైదరాబాద్‌లో మృతి చెందారు. ఆయనకు భార్య, ఓ కుమారుడు, ఓ కుమార్తె ఉన్నారు. మధిర, వికారాబాద్, నాంపల్లి స్టేషన్ న్యాయస్థానాల్లో జడ్జిగా ఆయన పనిచేశారు. ప్రస్తుతం హైదరాబాద్, వికారాబాద్ వినియోగదారుల కోర్టులో సేవలందిస్తున్నారు.

చేపల చెరువులో విషప్రయోగం



చనిపోయి ఒడ్డుకు చేరిన చేపలు

కామేపల్లి: మండలంలోని పింజరమడుగు చిన్న చెరువులో శుక్రవారం రాత్రిగుర్తు తెలియని విషప్రయోగం చేసినట్లు తెలుస్తుండగా, శనివారం వేల సంఖ్యలో చేపలు మృత్యువాత పడ్డాయి. రెండురోజుల క్రితం పింజరమడుగుతండాకు చెందిన పలువురు దొంగచాటుగా చేపలు పట్టేందుకు రావడంతో మత్స్య సొసైటీ సభ్యులు అడ్డుకున్నారు. ఈక్రమాన పట్టుబడిన వ్యక్తికి జరిమానా విధించారు. ఇంతలోనే చెరువులో విషప్రయోగం జరగడం వెనుక తండా వాసుల కుట్ర ఉందని సొసైటీ సభ్యులు అనుమానిస్తూ పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేశారు. కాగా, మృతి చెందిన చేపల విలువ రూ.5 లక్షల వరకు ఉంటుందని సభ్యులు తెలిపారు.

సుబ్లేడు బ్రిడ్జి వద్ద దిగబడిన లారీ



బ్రిడ్జి వద్ద పక్కకు ఒరిగిన లారీ

తిరుమలాయపాలెం: మండలంలోని సుబ్లేడు సమీపాన గత ఏడాది భారీ వరదలతో దెబ్బతిన్న బ్రిడ్జివద్ద శనివారం తెల్లవారుజామున పెను ప్రమాదం తప్పింది. మహ్మదాపురం నుండి బచ్చోడు వైపు వెళ్తున్న లారీ అదుపుతప్పి రోడ్డు పక్కకు వెళ్లింది. బ్రిడ్జి ప్రాంతాన రహదారికి ఇరువైపులా గుంతలు ఏర్పడడంతో ఈ ఘటన జరిగినట్లు స్థానికులు తెలిపారు. అయితే, లారీ చివరలో నిలవడంతో ప్రమాదం తప్పినట్లయింది. ఇకనైనా అధికారులు మరమ్మతులు చేయించాలని ప్రజలు కోరుతున్నారు.

DON'T MISS A BEAT రేపు వరల్డ్ హార్ట్ డే

గుండెకు అండగా ఉందాం

ఈ ఏడాది 'వరల్డ్ హార్ట్ డే' థీమ్ 'ఒక్క స్పందననూ మిస్ కాకండి' (డోంట్ మిస్ ఏ బీట్) అని. అంటే... గుండెను రక్షించుకోవడంలో ఏ అవకాశాన్నీ వదులుకోవద్దనీ, గుండె ఇచ్చే వార్నింగ్ సిగ్నల్స్‌గానీ లేదా అదే చేసే హెచ్చరికలుగానీ ఏవీ మిస్ కాకుండా చూసుకోవాలనే సందేశాన్ని ఈ థీమ్ ఇస్తోంది. ఈ నేపథ్యంలో గుండె సంరక్షణ కోసం సీనియర్ కార్డియాలజిస్టులు... పాఠకులతో పంచుకుంటున్న అత్యంత కీలకమైన విషయాలివి.

భారతదేశంలో గుండెజబ్బుల విస్తృతి కాస్తంత బెంబేలెత్తించేలాగే ఉంది. గతంలో అంటురోగాల శకం ముగిసి, ఇప్పుడు జీవనశైలితో వస్తున్న 'నాన్ కమ్యూనికబుల్ జబ్బులు' విస్తరిస్తున్న శకంలో... అన్ని జబ్బులతో పోలిస్తే గుండెజబ్బుల వాటా తక్కువేమీ కాదు. పైగా అన్ని నదులూ పరుగెత్తేది సముద్రం వైపే అన్నట్టుగా... అన్ని జబ్బులూ నడిచేది గుండెజబ్బుల వైపే. ఉదాహరణకు అది డయాబెటిస్‌గానీ, హైబీపీగానీ, స్థూలకాయం, మెటబాలిక్ సిండ్రోమ్స్ ఇవన్నీ పెరుగుతూ పెరుగుతూ చివర్న గుండెజబ్బుల దిశగా పయనిస్తున్నాయి. ఇక్కడ పేర్కొన్న ప్రతి జబ్బూ అది హార్ట్ ఎటాక్‌గానో, బ్రెయిన్ స్ట్రోక్‌గానో పరిణమించేదే అనడంలో సందేహం లేదు.

■ హృద్రోగం వృద్ధాప్య రోగం కాదు...

గతంలో గుండెజబ్బులనేవి కాస్తంత వయసు పెరిగాకే కనిపించేవి. ఇప్పుడు అవి కూడా చాలా త్వరితంగా వచ్చేస్తున్నాయి. ప్రత్యేకించి యువతలో సైతం కనిపిస్తున్నాయి. అందుకే చాలా సందర్భాల్లో వీటిని నిశ్శబ్ద ఉత్పాతాలు (సైలెంట్ ఎపిడెమిక్స్) అని కూడా నిపుణులు పేర్కొంటున్నారు.

■ ఆ తెలుగు వాడుక మాట అక్షరాలా నిజం...

మన తెలుగు వాడుక మాటల్లో 'గుండెల్ని పిండేసేలాగా...' అన్నది ఓ జాతీయం. ఒత్తిడి విషయంలో ఆ నుడికారం అక్షరసత్యం. ఒత్తిడి పెరుగుతున్న కొద్దీ అది 'గుండెలను పిండేస్తుంది'!

మానసిక ఒత్తిడి అనేది ఓ భావోద్వేగపూరితమైన ఎమోషన్‌గా చెప్పడం సరికాదు. ఆ భావోద్వేగం కాస్తా తన భౌతిక లక్షణాలతో గుండెజబ్బుగానో, గుండెపోటుగానో కనిపించడం చాలా సాధారణం. ఎందుకంటే... మానసిక ఒత్తిడి పెరగగానే... రక్తనాళాల్లో రక్తపోటూ పెరుగుతుంది. రక్తపోటు కాస్తా గుండెపోటుగా పరిణమించడం మనకు తెలిసిన విషయమే. మనం సంప్రదాయంగా పాటించే కొన్ని అంశాల్లో దీనికి విరుగుడు దాగుంది. అవే... యోగా, ధ్యానం, శ్వాస వ్యాయామాలు. వీటి సాయంతో మన నరాలను హాయిపరచడం మొదలుపెట్టగానే... రక్తనాళాల్లో పోటెత్తే రక్తప్రవాహాన్ని అది జోకొడుతుంది. దాంతో బీపీ తన నార్మల్ ఒత్తిడికి వచ్చేస్తుంది. ఫలితంగా గుండెజబ్బుల ముప్పూ తప్పుతుంది. అందుకే ఇప్పుడు డాక్టర్లు కూడా మందులతో పాటు... ఈ మార్గాలూ ప్రిస్క్రిప్షన్‌లో సూచిస్తున్నారు.

■ డాన్సులూ డేంజరస్‌గా మారిన దేస్ ఇవి!

ఇప్పుడు న్యూస్ ఫాలో అవుతున్నవారికి తెలియని విషయాలేమీ కావివి. అవేమిటంటే... మంచి వయసులో ఉన్న యువత కూడా డాన్స్ చేస్తూనో, క్రికెట్ ఆడుతూ ఆడుతూనో, జిమ్‌లో వ్యాయమం చేస్తూనో యువతీ యువకులు కుప్పకూలిపోతున్నారు. దీన్ని నివారించదగిన అంశాలూ ఉన్నాయి. ఉదాహరణకు ఎక్కువ శక్తిని ఒకేసారి ఇచ్చే హై–ఎనర్జీ డ్రింకులూ, వ్యాయామంతోపాటు స్టెరాయిడ్స్ తీసుకుంటున్న ఉదంతాలూ, ఒకే చోట కూర్చుని చేసే వృత్తివ్యాపకాలూ, చురుగ్గా కదలడానికి అంతగా ఇష్టపడని జీవనశైలీ... ఇవన్నీ ఇలా ఆకస్మికంగా గుప్పెడంత గుండెను కుప్పకూల్చే ముప్పును పెంచుతున్నాయి. వీటి నివారణ చాలా సింపుల్. క్రమం తప్పకుండా చేసుకునే కొన్ని సాధారణ ప్రాథమిక స్క్రీనింగ్ పరీక్షలతో పెద్ద పెద్ద గుండె ముప్పులనూ నివారించుకోవచ్చు. అలా నిబ్బరంగా, నిశ్చింతగా ఉండవచ్చు.



డా. ఎంఎస్ఎస్ ముఖర్జీ
సీనియర్ కార్డియాలజిస్ట్

■ నివారణ చాలా సింపుల్...
అదే టైమ్‌లో బోలెడంత పవర్‌ఫుల్...

నిజానికి గుండెజబ్బుల నివారణ చాలా చాలా సింపుల్. మనం సంకల్పంతో నిలిపేయగలిగే పొగతాగే అలవాటు, మద్యం అలవాట్లనుంచి దూరంగా ఉంటే చాలు. అదే సమయంలో అన్నంలో తగినన్ని ఆకుకూరలూ, కాయగూరలతో పాటు తాజా పండ్లు తీసుకోవడం వంటి మంచి రుచికరమైన మార్గంలో వెళ్లడం ద్వారా గుండెజబ్బుల్ని సమర్థంగా నివారించవచ్చు. అలాగే క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయడం, మానసిక ఒత్తిడి తగ్గించుకోవడం, రెగ్యులర్‌గా చెకప్ చేయించుకోవడం, బరువు ఆరోగ్యకరమైన లిమిట్‌లోనే ఉండేలా చూసుకోవడం కూడా ముఖ్యమైనవి. ఇక్కడ కాస్తంత కష్టమైనదైనా కన్సిస్టెంట్‌గా అంటే క్రమం తప్పకుండా పై అలవాట్లను కొనసాగించడంతో గుండె ఆరోగ్యాన్ని పదికాలాలపాటు పదిలంగా పదిలపరచవచ్చు.

■ గాలినీ, కలుషితాలనూ తేలిగ్గా తీసుకోకండి...

మనం పీల్చే గాలి శుభ్రంగా ఉండేలా చూసుకోవడం కూడా ముఖ్యమే. అంటే... వాహనాల పొగతో లేదా కాలుష్యంతో కూడిన గాలిని పీల్చుకోవడాన్ని వీలైనంతగా తప్పించుకోవాలి. వాటిలో ఉండే కాలుష్యపదార్థాలు, ధూళిదూసరాలూ రక్తనాళాల్లో రక్తప్రవాహాన్ని వేగవంతం చేస్తాయి. అలా గుండెజబ్బులూ వేగంగా వచ్చేలా చేస్తాయి. కాలుష్యం పెరిగిన కొద్దీ రక్తం తాలూకు ఎరుపు రంగు డేంజర్ మార్క్‌లా కనిపిస్తుంది. అదే వీలైనంతగా పచ్చటి పరిసరాల్లోనే ఉండటం ప్రారంభిస్తే గుండె ఆరోగ్యమూ పదికాలాలు పచ్చగా ఉంటుంది.

■ మహిళల గుండెలకు మరింత ముప్పు...

మహిళలు కుటుంబ ఆరోగ్యానికి ప్రాధమ్యం ఇచ్చి, చాలావరకు తమ ఆరోగ్యానికి రెండో ప్రాధాన్యమిస్తారు. వారు తమలో కలిగే అలసటను ఇంటి పనులతో వచ్చిన నీరసంగా అనుకుంటారు. తమ అజీర్ణ సమస్యను గ్యాస్ సమస్యగా భావిస్తారు. తమ గుండెనొప్పిని ఛాతీనొప్పిగానే తీసుకుంటారు. ఇల్లాలు బాగుంటేనే ఇల్లు బాగున్నట్టుగా వాళ్ల గుండె బాగుంటేనే మిగతా ఇంటి సభ్యుల గుండె సంస్పందనలూ బాగుంటాయి. 'డోంట్ మిస్ ద బీట్' అనే థీమ్‌ను తమకు అనువుగా ఆలోచిస్తే.. మహిళలకే అది ఎక్కువగా అనువర్తిస్తుంది.

■ అనుక్షణం... రక్షణకు అనువైన క్షణమే...

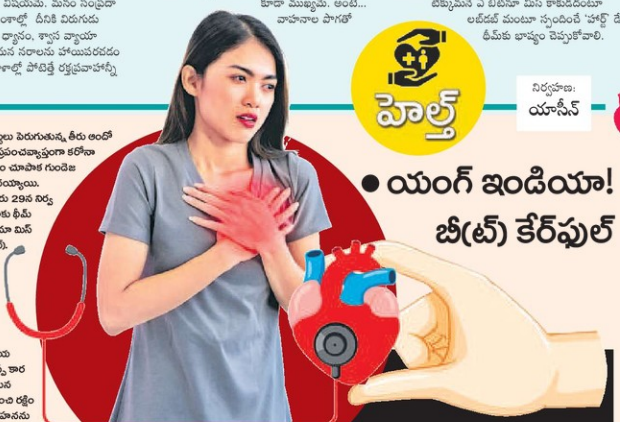
ఆకస్మిక గుండె జబ్బు ముప్పు నుంచి కాపాడాలంటే అనుక్షణం అనువైన క్షణమే. అందుకే గుండెజబ్బు లక్షణాలు కనిపించినప్పుడు దాన్నుంచి రక్షించాలంటే ప్రతి ఒక్కరూ కార్డియాక్ పల్మనరీ రిససియేషన్ అనే సీపీఆర్ గురించి అవగాహన పెంచుకోవాలి. ఎవరైనా గుండె పట్టుకుని కుప్పకూలిపోతే ఒకచేతి వేళలలో మరో చేతి వేళ్లు దూర్చి క్షణం కూడా ఆలస్యం చేయకుండా గుండెపై క్రమబద్ధంగా, లయబద్ధంగా, నేర్పుగా కదిలిస్తూ 'సీపీఆర్' నిర్వహించే నైపుణ్యాలను నేర్చుకోవాలి. అది ఇల్లూ, వాకిలీ, పనిప్రదేశం ఇలా ఎక్కడైనా, ఎవరైనా అభ్యసించగల సింపుల్‌గా చేయగలిగే ఈ ప్రాణరక్షణ నైపుణ్యం చేతుల్లో దాగి ఉండే అభయహస్తాలవుతాయవి.

■ చివరగా...

మనం పుట్టిన నాటి నుంచీ క్షణం కూడా ఆగకుండా... ఒక్క బీట్ కూడా మిస్ కాకుండా ఒక జీవితకాలం పాటు సంస్పందిస్తూ ఉండే ఆ గుండెను గౌరవిస్తూ... దాన్ని మాటువేసి కాటు వేసే అన్ని రకాల అవాంతరాల నుంచి కాపాడుకోడానికి బిక్కు బిక్కుమని భయపడకుండా ఉండటానికి గడియారంలో టిక్కు టిక్కుమనే ఏ బీట్‌నూ మిస్ కాకుడదంటూ లబ్‌డబ్ మంటూ స్పందించే 'హార్ట్' డే థీమ్‌కు భాష్యం చెప్పుకోవాలి.

హెల్త్

నిర్వహణ:
యాసీన్



● యంగ్ ఇండియా! బీ(ట్) కేర్‌ఫుల్

లబ్... డబ్... లయ తప్పొద్దు!

ప్రపంచవ్యాప్తంగా గుండెజబ్బులు పెరుగుతున్న తీరు ఆందోళన కలిగిస్తోంది. అందునా ప్రపంచవ్యాప్తంగా కరోనా వైరస్ తన విశృంఖల ప్రతాపం చూపాక గుండెజబ్బుల కేసులు మరింత ఎక్కువయ్యాయి. అందుకే ప్రతి ఏడాదీ సెప్టెంబరు 29న నిర్వహించే వరల్డ్ హార్ట్ డే తాలూకు థీమ్ ఏమిటంటే... "ఒక్క స్పందననూ మిస్ కావద్దు" (డోంట్ మిస్ ఏ బీట్). దీని అర్థం ఏమిటంటే... ఒక్క గుండె కూడా తన స్పందనలను కోల్పోయే పరిస్థితి రాకూడదనే. గతంలో కనీసం 50, 40లలో కనిపించే ఈ గుండెజబ్బులు ఇప్పుడు ఎందుకిలా యుక్తవయసులోనే వచ్చేస్తున్నాయో చెప్పే కారణాలూ, వాటిని నివారిస్తూ మన యువతను గుండెజబ్బుల నుంచి రక్షించుకునేందుకు తగిన అవగాహనను కల్పించేందుకే ఈ కథనం.

గుండెజబ్బుల తీవ్రతనూ, విస్తృతినీ తెలిపే కొన్ని గణాంకాలను చూద్దాం. ఢిల్లీ, ముంబై, హైదరాబాద్‌లలోని కొన్ని పెద్ద హాస్పిటల్స్ తాలూకు ఎమర్జెన్సీ కేసులను పరిశీలిస్తే సగానికి పైగా కేసులు... అంటే 50% కేసుల్లో బాధితులు కేవలం 40 ఏళ్లలోపు వాళ్లే. మానసిక ఒత్తిడి, ఎటూ కదలకుండా (శారీరక శ్రమ లేకుండా) ఉండే వృత్తులూ పెరగడంతో గుండె జబ్బులతో బాధపడే యువత కూడా పెరుగుతోంది. అందుకే ఇటీవల కార్డియాలజికల్ సొసైటీ ఆఫ్ ఇండియా సంస్థ 45 ఏళ్ల లోపే అక్యూట్ కరోనరీ సిండ్రోమ్‌తో బాధపడేవారిపై పరిశోధనల కోసం ఓ అధ్యయన కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించింది. ఇటీవలి పరిశీలనల ప్రకారం ప్రతి ఐదు గుండెపోటు కేసులను పరిశీలిస్తే అందులో ఒకరు తప్పనిసరిగా 40 ఏళ్లలోపు వారే ఉంటున్నారు. గుండెజబ్బుల పరంగా ప్రపంచవ్యాప్తంగా 20 – 30 ఏళ్ల యువతలో ఏడాదికి 2% పెరుగుదల ఉండగా... మన దేశంలో సైతం గుండెజబ్బులకు లోనైన వాళ్లలో 40 ఏళ్ల లోపు వారు కనీసం 25% వరకు ఉండటం మరింతగా బెంబేలెత్తిస్తున్న అంశం. హైబీపీ, హైకొలెస్ట్రాల్ వంటివి యువతలో పెరుగుతుండటమే దీనికి కారణం. దాంతో క్రమంగా, నిశ్శబ్దంగా చాపకింద నీరులా గుండెజబ్బుల కేసులు భారత్‌లోనూ పెరుగుతున్నాయి.

లక్షణాలు... సాధారణంగా చాలామందిలో ఛాతీనొప్పితో గుండెపోటు కనిపిస్తుంది. ఈ లక్షణం కనిపించే వారు 97.3 శాతం మంది, చెమటలు పట్టడం 11 శాతం మందిలో, వాంతులు లేదా వికారం 8.2 శాతం కేసుల్లో, శ్వాస ఆడకపోవడం 6.8 శాతం మందిలో కనిపిస్తాయి. ఈ వయసులో చాలా మందిలో వచ్చే గుండెపోటుకు కారణమైన నొప్పిని గ్యాస్, అజీర్ణం, అసిడిటీ కారణంగా భావిస్తుంటారు. ఈ అంశం కూడా చికిత్స ప్రారంభించడాన్ని ఆలస్యం చేస్తోంది.

నివారణ ఇలా... కార్డియో వాస్క్యులార్ హెల్త్ స్కోరుకు దగ్గరగా ఉండే జీవనశైలి: సాధారణంగా పాశ్చాత్యదేశాల్లో... మరీ ముఖ్యంగా అమెరికా వంటి చోట్ల అమెరికన్ హార్ట్ అసోసియేషన్ నిర్దేశించిన కొన్ని జీవనశైలి మార్గదర్శకాలు ఉన్నాయి. వాటినే 'లైఫ్ ఎసెన్షియల్స్ 8 (ఎల్ఈ 8); లైఫ్ ఎసెన్షియల్స్ 7 (ఎల్ఈ 7)గా వ్యవహరిస్తుంటారు. అంటే... ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిలో భాగంగా అనుసరించే మార్గదర్శకాలైన... రక్తపోటును (హైబీపీని) అదుపులో ఉంచుకోవడం; రక్తంలో చక్కెరమోతాదులనూ, కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించుకోవడం; ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాన్ని, పోషకాహారాన్ని తీసుకోవడం; తగినంత వ్యాయామం చేయడం; ఎత్తుకు తగినంత బరువు ఉండేలా బాడీ మాస్ ఇండెక్స్- (బీఎమ్ఐ)ను మెయింటెయిన్ చేయడం; స్మోకింగ్ / నికోటిన్‌కు దూరంగా ఉండటం; కంటినిండా నిద్రపోవడం... అలాంటి ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని అలవరచుకోవడం ద్వారా ఈ లైఫ్ ఎసెన్షియల్ స్కోరును ఎంతగా పెంచుకుంటే గుండెజబ్బులను అంతగా నివారించుకోవచ్చని నిపుణులు పేర్కొంటున్నారు. ● **అర్లీ వార్నింగ్ సిగ్నల్స్ ద్వారా :** చాలామందిలో గుండెజబ్బులుగానీ లేదా గుండెపోటుగానీ ఆకస్మికంగా రాకముందే కొన్ని వార్నింగ్ సిగ్నల్స్ పంపుతాయి. ఉదాహరణకు ఛాతీలో ఇబ్బందిగా ఉండటం, తీవ్రమైన నీరసం, నిస్సత్తువ, అలసట, గుండెదడ (పాల్పిటేషన్) వంటివి. వాటిని నిర్లక్ష్యం చేయకుండా తగిన సమయంలో గుర్తించి డాక్టర్లను సంప్రదించడం వల్ల. ● **స్క్రీనింగ్ పరీక్షలతో :** హైబీపీ, అధిక కొలెస్ట్రాల్, మధుమేహంతో బాధపడేవారు తగిన పరీక్షలు చేయించుకోవడం, ఏవైనా లక్షణాలు కనిపిస్తే కరోనరీ సీటీ యాంజియోగ్రామ్ వంటి పరీక్షలు చేయించుకోవడం ద్వారా గుండెజబ్బులు నివారించవచ్చు.



దాక్టర్ అంజని ద్వారంపూడి
సీనియర్ కార్డియాలజిస్ట్

గుండె జబ్బుల పెరుగుదలకు కారణాలు...

● **వయసు పెరుగుతుండటం:** ఇది నివారించలేని అంశం. సాధారణంగా వయసు పెరుగుతున్న కొద్దీ మృదువుగా ఉండాల్సిన రక్తనాళాలు గట్టిబారుతుంటాయి. దీన్నే అథెరోస్క్లిరోసిస్ అంటారు. గతంలో సాధారణంగా 40 ఏళ్లకు పైబడ్డాక ఈ పరిణామం సంభవిస్తుండేది. ఇప్పుడు ఈ వయసు కంటే ముందే.. అంటే 20 నుంచి 30 ఏళ్లలోపే ఇలా రక్తనాళాలు గట్టిబారడం కనిపిస్తోంది. కొందరిలో కొలెస్ట్రాల్ నిల్వలు చాలా నెమ్మదిగా రక్తనాళాల్లోకి చేరుతుంటాయి. కానీ కొందరిలో చాలా వేగంగా ఈ ప్రక్రియ జరుగుతుంది. ఇలా పేరుకునే కొవ్వును 'ప్లాక్'గా వ్యవహరిస్తుంటారు. ఈ ప్లాక్ రక్తనాళాల్లోకి ఎక్కువగా చేరడం వల్ల ధమనులు/రక్తనాళాలు సన్నబడి, గుండె కండరాలకు రక్తప్రసరణ తగ్గిపోతుంది. ఈ ప్లాక్ ఎక్కువగా చీలిపోయి క్లాట్స్ (అడ్డంకులు)గా మారి ఆకస్మికంగా గుండెకు రక్తసరఫరా తగ్గవచ్చు. ఫలితంగా గుండెపోటు రావచ్చు.

● **ఆహారపు అలవాట్లు:** హైలీ ప్రాసెస్‌డ్ ఫుడ్ తీసుకోవడం వంటి మారుతున్న ఆహారపు అలవాట్లు, ఉప్పు, చక్కెర ఎక్కువగా ఉండే ఆహారాలు చిన్న వయసులోనే గుండెజబ్బులు / గుండెపోటుకు దారితీసే ముప్పును పెంచుతున్నాయి. మన దేశంలో దిగువ, మధ్యతరగతి వర్గాలు ఎక్కువగా ఉండే దేశాల్లో పెరుగుతున్న పట్టణీకరణ / నగరీకరణ కారణంగా అన్ని పోషకాలు ఉండే మంచి ఆహారంతో పోలిస్తే అధిక క్యాలరీలు ఉండే ఆహారం చవగ్గా దొరుకుతుండటంతో గుండెజబ్బుల ముప్పు పెరుగుతోంది.

● **తగినంత వ్యాయామం లేకపోవడం :** కుదురుగా కూర్చుని చేసే వృత్తులు పెరగడం ప్రపంచవ్యాప్తంగా చోటు చేసుకుంటున్న అంశమే అయినప్పటికీ... మన దేశ యువతలో కూడా వ్యాయామం లేకపోవడమూ, పైగా మన దేశ సాంస్కృతిక, సామాజిక నేపథ్యం కారణంగా మహిళలు, అమ్మాయిల్లో వ్యాయామ సంస్కృతి తక్కువగా ఉండటం కూడా గుండెజబ్బులు / గుండెపోటు ముప్పునకు కారణమవుతోంది.

● **పొగతాగడం :** ఇటీవల భారత్, రష్యా, కొన్ని మధ్య ఆసియా దేశాల్లో పొగాకు వినియోగం బాగా పెరుగుతుండటం అథెరోస్క్లిరోసిస్‌కూ, గుండెపోటుకు మరో ప్రధాన కారణం. 60 ఏళ్ల వ్యక్తులతో పోలిస్తే 40 ఏళ్లలోపు వారికి పొగ దుష్ప్రభావం మరింత ఎక్కువ. అయితే ఏ వయసులోనైనా పొగతాగడం అంతే ప్రమాదకరం అని గుర్తించాలి.

● **స్థూలకాయం కారణంగా :** మన దేశవాసుల్లో ఊబకాయం ఎక్కువగా పొట్ట దగ్గర వస్తుంది. దీన్నే అబ్డామినల్ ఒబేసిటీ అంటారు. మన జీవనశైలి (లైఫ్ స్టైల్) కారణంగా ఇలా స్థూలకాయం రావడం, పొట్ట దగ్గర కొవ్వు పెరగడం కూడా గుండెజబ్బుల ముప్పును మరింత పెరిగేలా చేస్తోంది.

● **హైబీపీ, డయాబెటిస్ :** లైఫ్‌స్టైల్ జబ్బులైన హైబీపీ, డయాబెటిస్ వంటి అనారోగ్యాల విషయంలో అవగాహన అంతగా లేని మన లాంటి దేశాలలో నియంత్రణలో లేని హైబీపీ, మధుమేహం వంటివి గుండెపోటుకు కారణమవుతున్నాయి.

● **జెండర్ అంశం :** ఒక వయసు వరకు మహిళలతో పోలిస్తే గుండెపోటు వచ్చే అవకాశాలు పురుషుల్లో ఎక్కువ. రుతుస్రావం ఆగిపోయే వరకు మహిళల్లోని ఈస్ట్రోజెన్ వారికి ఒక రక్షణ కవచంగా ఉంటుంది. అయితే రుతుక్రమం ఆగాక మహిళలతో పాటు... ఏ జెండర్ వారికైనా గుండెపోటు అవకాశాలు సమానం.

● **సామాజిక, ఆర్థిక, సాంస్కృతిక అంశాలు:** పై అంశాలకు తోడుగా ఒక సమాజంలోని విద్య, ఆదాయ వనరులు, ఆరోగ్య సంరక్షణకు గల అవకాశాలు, సాంస్కృతిక నేపథ్యాల వంటి అంశాలు కూడా గుండెజబ్బుల కేసులను ప్రభావితం చేస్తుంటాయి.

● **ఫ్యామిలీ హిస్టరీ :** మిగతావారితో పోలిస్తే గుండెజబ్బులు / గుండెపోటు లాంటివి వచ్చిన వారి కుటుంబాల తాలూకు కుటుంబ ఆరోగ్య చరిత్ర (ఫ్యామిలీ హిస్టరీ) కూడా గుండెజబ్బుల ముప్పునకు ఒక ప్రధాన కారణం. మిగతావాళ్లతో పోలిస్తే దాదాపు 25 శాతం మంది రోగుల్లో గుండెపోటుకు ఈ ఫ్యామిలీ హిస్టరీనే కీలకాంశమవుతుంది.

సాక్షి ఫ్యామిలీ

IV

ఖమ్మం
ఆదివారం ॥ 28-9-2025

ఇల్లు కట్టి చూడు.. పెళ్లి చేసిచూడు.. అని సామెత. రెండూ జటిలమైనవేనని అర్థం. ఇంటి కోసం అప్పు చేసినా తప్పు లేదు. అదొక నీడగా మిగులుతుంది. కానీ పెళ్లి? కంపాటబులిటీ కుదిరితే కుటుంబంగా స్థిరపడుతుంది. లేదంటే చేదుజ్ఞాపకంగా వెంటాడుతుంది. అయినా అంతా బాగుంటుందనే ఆశతో ఏడడుగుల ప్రయాణానికి సిద్ధపడినా.. దానికోసం లక్షలకు లక్షలు అప్పు చేయాల్సిన అవసరం ఉందా అని! ఇప్పుడు పెళ్లి ఖర్చును వధూవరులిద్దరే పెట్టుకుంటున్నారు. అది వాళ్లిద్దరి జీవితాలకు తీరని రుణంగా పరిణమించి.. ఈఎమ్ఐల రూపంలో జీతాలనే మింగేస్తోంది. దాని గురించే ఈ కథనం..



● మూడు ముళ్లు... ఆరు వాయిదాలు

E -ఈక్వల్ M -మ్యారేజ్ I -ఇన్‌స్టాల్‌మెంట్

సాత్విక్‌ది మార్కెటింగ్ జాబ్, మానస ఒక కార్పొరేట్ కంపెనీలో లీడ్ రోల్‌లో ఉంది. వీళ్లది పెద్దలు కుదిర్చిన పెళ్లే అయినా, డెస్టినేషన్ వెడ్డింగ్. దాదాపు 80 లక్షల రూపాయలకు పైనే ఖర్చయింది. ఆ భారం ఇరువైపుల తల్లిదండ్రుల మీద పడకుండా వీళ్లిద్దరే షేర్ చేసుకున్నారు. సేవింగ్స్ నుంచేనా ఖర్చు చేసింది అని అడిగితే.. ట్వంటీ పర్సెంట్ సేవింగ్స్, ఎయిటీ పర్సెంట్ లోన్ అనే చెప్పారు ముక్తకంఠంతో. పెళ్లయి మూడేళ్లవుతోంది. ఆ ఖర్చుకు ఇంకా ఈఎమ్ఐ చెలిస్తునే ఉన్నారు. ఆ లోన్ తీరేదాకా పిల్లలు వద్దు అనుకుంటున్నారట. ఆ మాటతో మానస వాళ్ల మామ్మ హతాశురాలైంది. ఇదెక్కడి చోద్యమంటూ విచారపడింది.

> మన మ్యారేజ్ ఇండస్ట్రీ ఏటా కోటి పెళ్లిళ్లతో 10.79 లక్షల కోట్ల టర్నోవర్‌గా పురోగమిస్తోంది. ఫుడ్ అండ్ గ్రాసరీ తర్వాత ప్రపంచ ఆర్థిక వ్యవస్థలో అత్యంత ప్రధాన, ప్రభావవంతమైన ఇండస్ట్రీగా విరాజిల్లుతోంది.

సర్వేలే సాక్ష్యం

'ఇండియా లెండ్స్' చేసిన సర్వే మేరకు సొంత ఖర్చుతోనే పెళ్లిచేసుకోవాలనుకుంటున్న 26 శాతం అమ్మాయిలు, అబ్బాయిలు.. ఆ ఖర్చును పర్సనల్ లోన్‌తో భర్తీ చేసుకుంటున్నారట. వాళ్లలో చాలామంది పెళ్లికి సంబంధించి ఒక్క ఈవెంట్‌కే రూ. లక్ష నుంచి రూ. అయిదు లక్షల వరకు ఖర్చు చేస్తున్నారు. దీని మీదే వెడ్డింగ్‌వైర్ ఇండియా అనే సంస్థ చేసిన అధ్యయనంలో ఒక్క నిరుడే మన దేశంలో పెళ్లి ఖర్చు అమాంతం రూ. 29.6 లక్షలకు చేరినట్టు తేలింది. పెళ్లి జంటల్లోని మూడోవంతు జంటలు తమ పెళ్లికి రూ. 30 లక్షలకు పైనే వెచ్చిస్తుంటే మిగిలిన జంటలు రూ. 50 లక్షలకు పైగా ఖర్చుపెడుతున్నారని ఆ సర్వే నివేదిక.

అప్పులు బారెడు... జీతం మూరెడుగానే!

డబ్బు ఖర్చు పెట్టడం చాలా ఈజీ. కూడబెట్టడమే బహు కష్టం. రూ. లక్ష సమకూర్చుకోవడానిక్కూడా కనీసం ఏడాది పడుతుంది. అలాంటిది మూడు లేదా అయిదురోజుల పెళ్లిలోని ఒక్కో వేడుకకు రూ. లక్ష నుంచి రూ. 5 లక్షల దాకా పెట్టే ఖర్చు జీవితానికి ఎంత భారమవుతుందో తెలుసా! ఆ అప్పు తీర్చడానికి ఆ జంటలు.. అప్పుడే పిల్లల్ని వద్దనుకోవడం దగ్గర్నుంచి ఇల్లు, ఇతర స్థిర, చరాస్తులను సమకూర్చుకోవడం దాకా అన్నిటినీ వాయిదా వేసుకుంటున్నారు. అపార్ట్‌మెంట్ డౌన్‌పేమెంట్‌కి పనికొచ్చే డబ్బును, భవిష్యత్ ప్రణాళికలను.. ఆఖరకు ఇన్సూరెన్స్ పాలసీలను సైతం బ్రేక్ చేసి మరీ పెళ్లి బట్టలు, ఈవెంట్ డెకరేషన్ కోసం చేసిన అప్పు తీరుస్తున్న జంటలున్నాయి. ఇలా ఆ లోన్ వాళ్ల పెళ్లిని మధుర జ్ఞాపకంగా మలచకపోగా సంసారాన్ని చింతల చితిగా మారుస్తోంది.

క్రైసిస్‌లో కాపురాలు

దరఖాస్తుదారుల క్రెడిట్ స్కోర్‌ను బట్టి వెడ్డింగ్ లోన్స్, పర్సనల్ లోన్స్ ఏడాదికి పది నుంచి 24 శాతం దాకా మంజూరవుతున్నాయట. వీటికి కట్టలేకుండా పేరుకుపోయిన ఈఎమ్ఐల వడ్డీ వచ్చి చేరి.. ఎంత జీతం వచ్చినా, అత్యవసరాలకే ఎసరు వస్తోంది. ఈ క్రైసిస్ కాపురంలో కలతలను రేపుతోందంటున్నారు ఫ్యామిలీ కౌన్సెలర్లు. పెరుగుతున్న రుణభారాన్ని తీర్చడానికి ఓవర్ టైమ్, పార్ట్‌టైమ్ జాబ్‌ల కోసం వెదుక్కుంటున్న జంటలూ ఉన్నాయి. నెల తిరిగేసరికల్లా వచ్చే ఈ ఈఎంఐల ఒత్తిడి తట్టుకోలేక భార్యాభర్తల డైనింగ్ టేబుల్ కాన్వర్జేషన్స్ కలహాలతో ముగుస్తున్నాయి. ఎడమొహం పెడమొహంగా ఉదయాలు మొదలవుతున్నాయి.

అప్పు తప్పు కాదు కానీ..

లోన్ తీసుకోవడంలో తప్పులేదు. కానీ ఎందుకు తీసుకుంటున్నాం.. దేనిమీద ఖర్చు పెడుతున్నామనే ఎరుక, స్పష్టత చాలా అవసరం అంటున్నారు ఆర్థికవిశ్లేషకులు. ఇల్లు కట్టుకోవడానికో, వ్యాపారం ప్రారంభించడానికో, మెరుగైన ఉపాధి అవకాశాలను కల్పించే చదువుకోసమో అప్పు చేయడం సబబే. కానీ.. పైసా రాబడి లేనిచోట అప్పు చేసి మరీ డబ్బును వెదజల్లడం తెలివైన నిర్ణయం కాదని చెబుతున్నారు. పరస్పర గౌరవ మర్యాదలు, సర్దుబాట్లు, ప్రేమాభిమానాలతో పెళ్లి చేసుకోవాలి. మంచి కుటుంబంగా స్థిరపడాలి. కానీ ఆడంబరాల వేడుకగా.. ఫొటోలు, వీడియోలతో కనిపించే అప్పుగా కాదని సూస్తున్నారు ఆర్థికనిపుణులు, విశ్లేషకులు, ఫ్యామిలీ కౌన్సెలర్లు. కలలు సాకారమవ్వాల్సిందే! మధురమైన జ్ఞాపకాలను క్రియేట్ చేసుకోవాల్సిందే! కానీ ఈ రెంటికి మూల్యం మన జీవితం కాకూడదు! అప్పుడే సాకారమైన కలలు మధుర జ్ఞాపకాలుగా మిగిలిపోతాయి.

దేశవ్యాప్తంగా ఆలయాల్లో నృత్య ప్రదర్శనలు ఇస్తూ టెంపుల్ డ్యాన్సర్‌గా పేరుతెచ్చుకుంది విజయవాడవాసి కూచిపూడి నృత్యకారిణి కావ్య కంచర్ల. దసరా నవరాత్రుల సందర్భంగా తన విద్యార్థులతో కలిసి అమ్మవారి రూపాలను వివిధ ఆలయాలలో నృత్యరూపకాలుగా ప్రదర్శిస్తున్నారు. జాతీయ స్థాయిలో జరిగే కేరళ తరంగ్‌లో పాల్గొని విజేతగా నిలిచారు. గిన్నిస్‌బుక్ రికార్డ్‌లోనూ చోటు సంపాదించారు. నృత్యం ద్వారా తమ శక్తిని ఎలా ప్రదర్శిస్తారో ఈ సందర్భంగా వివరించారు.

నృత్యార్చనం

నవశక్తి



"దసరా నవరాత్రులలో అంతటా అమ్మవారే కనిపిస్తుంటారు. ఇక విజయవాడలోనే కొలువైన అమ్మవారికి చేరువలో ఉంటూ నృత్యం ద్వారా సేవ చేసుకోవడం అదృష్టంగా భావిస్తున్నాం. ఇక్కడ ఉన్న వివిధ ఆలయాలకు ముందుగానే అప్లికేషన్స్ ఇచ్చాం. వారు ఇచ్చిన టైమ్ ప్రకారం నృత్యం ప్రదర్శనలు ఇస్తున్నాం.

అలసట తెలియదు

నవరాత్రుల మొదటి రోజు నుంచి ఈ రోజు వరకు ఆరు ప్రదర్శనలు ఇచ్చాం. అమ్మవారి మీద ఎన్నో గీతాలు ఉన్నాయి. వాటిలో ఒక్కో గీతాన్ని ఒక్కో ఆలయంలో మాకు ఇచ్చిన సమయం వరకు ప్రదర్శన ఇస్తున్నాం. పూర్తయ్యాక పెద్ద వయసున్నవారు కూడా ఏమాత్రం సంకోచించకుండా మమ్మల్ని కలిసి 'ఆ అమ్మవారే నృత్యం చేస్తున్నారా అనే భావన కలిగింది' అని చెప్పినప్పుడు కలిగే ఆనందం మాటల్లో వర్ణించలేనిది. ఒక తొంభైఏళ్ల బామ్మగారు ప్రదర్శన పూర్తయ్యాక వచ్చి తన చిన్నప్పుడు నేర్చుకున్న ఆలాపన ఇప్పుడు గుర్తుకు వచ్చిందని భావయుక్తంగా పాడి వినిపించారు. 'ఆ అమ్మవారు ఈ రూపంలో నాకు కనిపించారు' అని పొంగిపోయారు. ఇలాంటి ఎన్నో అనుభూతులను ప్రతిసారీ మేం పొందుతుంటాం. మా దగ్గర నృత్యం నేర్చుకునే విద్యార్థులు కూడా 'అమ్మవారి నృత్యంలో అలసట ఎందుకు రాదు' అని అడుగుతుంటారు. నృత్యం ఒక యాక్టివిటీ కాదు దైవికంగా ఎంత దగ్గరవుతుంటామో ఈ నృత్యం మాకు స్పష్టం చేస్తుంటుంది. విజయవాడ అంటేనే అమ్మవారు. దసరానవరాత్రుల్లో ఆలయాల్లో మేం నృత్యం చేయడం అంటే అమ్మకు దగ్గరగా ఉన్నట్టే. ఒక భక్తి పూర్వక ప్రార్థన. మా నృత్యాన్ని అమ్మ చూస్తుంది అనే భావనతోనే చేస్తాం. 'ఎంతసేపు నృత్యం చేసినా అలసటగా ఎందుకు అనిపించడం లేదు?' అని మా విద్యార్థులు అడుగుతుంటారు. ఆధ్యాత్మికంగా అమ్మవారికి దగ్గరగా ఉంటే మరేమీ తెలియదు.

అమ్మవారి ప్రతి రూపం మనకు ప్రేరణ ఇచ్చే పాఠమే. మన జీవన విధానానికి ఎంతగానో తోడ్పడేదే. ఆ శక్తిని మేం నృత్యం ద్వారా ప్రదర్శించడమే కాదు మేమూ పొందుతుంటాం. సేవ చేస్తున్న కొద్దీ శక్తి పెరిగేదే. శ్రీశైలం, తిరుపతి, శిరిడీ, మహానంది, భద్రాచలం, హరిద్వార్, కేదార్‌నాద్, బదరీనాథ్... ఇలా మనదేశంలోని ప్రముఖ దేవాలయాల్లో నృత్య ప్రదర్శనలు ఇచ్చే అవకాశం లభించింది. వందల, వేల మంది ముందు ప్రదర్శనలు ఇస్తుంటాం కాబట్టి ధైర్యం పెరుగుతుంది. మధురమైన మాటతీరు, ఏకాగ్రత.. ఇలా ఎన్నో పాజిటివ్ అంశాలు పెరుగుతాయి. రోజూ సాధన చేయడం వల్ల శారీరక ఆరోగ్యం బాగుంటుంది. మానసిక ఆనందం కలుగుతుంది. వీటన్నింటి వల్ల జీవనశైలి కూడా బాగుంటుంది.

బీఎస్సీ కంప్యూటర్స్‌లో డిగ్రీ, నృత్యంలో డిప్లొమా చేశాను. మా అమ్మ మాధవికి కూచిపూడి నృత్యం అంటే చాలా ఇష్టం. నాలుగేళ్ల వయసు నుంచి నాకు నృత్యం నేర్పించారు. ఐదేళ్ల వయసు నుంచి ప్రదర్శనలు ఇస్తున్నాను. అకాడమీ పెట్టి, నృత్యసేవను కొనసాగిస్తూ ఉండాలని మా నాన్న కల. నాన్న వెంకట రత్నకుమార్ కరోనాలో మాకు దూరమయ్యారు. నాన్న కలను నెరవేర్చడానికి 'పంచమవేద' అకాడమీ ద్వారా కృషి చేస్తున్నాను. జాతీయ స్థాయి నృత్య పోటీ అయిన కేరళ తరంగ్‌లో పాల్గొన్ని విజేతగా నిలిచాను. ఇప్పటి వరకు 1500 కు పైగా ప్రదర్శనలు ఇచ్చాను. గ్రూప్‌గా చేసిన శతనృత్య యాగంలో పాల్గొనే అవకాశం రావడంతో గిన్నిస్ బుక్ ఆఫ్ వరల్డ్ లో చోటు దక్కింది. ఎంతో సాధన చేస్తూ శక్తిని పెంచుకోవడానికే ఈ నృత్య సేవ చేస్తున్నాను' అని వివరించారు ఈ నృత్యకారిణి.

– **నిర్మలారెడ్డి**, సాక్షి ఫీచర్స్ ప్రతినిధి